



ÉTLAP – BÖLCSŐDE – 3. HÉT – 2017. JANUÁR 16-20.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	CITROMOS TEA TRAPPISTA SAJT MARGARIN TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR JÉGRETEK	TEJ GABONAGOLYÓ	TEJ SONKAFELVÁGOTT MARGARIN TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR UBORKA	KAKAÓ BRIÓS	TEJESKÁVÉ VAJKRÉM KESZTHELYI ROZSKENYÉR PAPRIKA
	<u>allergének:</u> glutén, tej <u>energia:</u> 276 kcal só: 0,02g <u>szénhidrát:</u> 37g, <u>fehérje:</u> 19g, <u>zsír:</u> 11g	<u>allergének:</u> glutén, tej <u>energia:</u> 290 kcal só: 0,01g <u>szénhidrát:</u> 50g, <u>fehérje:</u> 12g, <u>zsír:</u> 9g	<u>allergének:</u> glutén, tej, szója <u>energia:</u> 294 kcal só: 0,04g <u>szénhidrát:</u> 37g, <u>fehérje:</u> 19g, <u>zsír:</u> 11g	<u>allergének:</u> glutén, tej, tojás <u>energia:</u> 239 kcal só: 0,02g <u>szénhidrát:</u> 32g, <u>fehérje:</u> 14g, <u>zsír:</u> 8g	<u>allergének:</u> glutén, tej <u>energia:</u> 239 kcal só: 0,02g <u>szénhidrát:</u> 34g, <u>fehérje:</u> 12g, <u>zsír:</u> 8 g
TÍZÓRAI	BARACKLÉ	ALMA	MANDARIN- NARANCSLÉ	ÁFONYATEA	BARACKTEA
GYERMEK EBÉD	SERTÉS DARÁLT HÚS ÉDESKÁPOSZTA FŐZELÉK MANDARIN	TEJSZÍNES –TÁRKONYOS CSIRKERAGU LEVES DIÓS KALÁCS	TOJÁSROPOGÓS FŐTT BURGONYA SÓSKAMÁRTÁS KIVI	SAJTOS RAKOTT TÉSZTA PULYKAHÚSSAL NARANCS	CSIRKERAGU MEXIKÓI FŐZELÉK ALMA
	<u>allergének:</u> glutén, tej <u>energia:</u> 368 kcal só: 0,04g <u>szénhidrát:</u> 77g, <u>fehérje:</u> 21g, <u>zsír:</u> 14g	<u>allergének:</u> glutén , tej, dió, zeller, tojás <u>energia:</u> 365 kcal só: 0,05g <u>szénhidrát:</u> 57 g, <u>fehérje:</u> 27g, <u>zsír:</u> 15g	<u>allergének:</u> glutén, tej, tojás <u>energia:</u> 388 kcal só: 0,04g <u>szénhidrát:</u> 61g, <u>fehérje:</u> 29g, <u>zsír:</u> 17g	<u>allergének:</u> glutén, tej, tojás <u>energia:</u> 463 kcal só: 0,04g <u>szénhidrát:</u> 104g, <u>fehérje:</u> 44g, <u>zsír:</u> 13g	<u>allergének:</u> glutén, tej, <u>energia:</u> 397 kcal só: 0,04 g <u>szénhidrát:</u> 61g, <u>fehérje:</u> 32 g, <u>zsír:</u> 15 g
CSECSEMŐ EBÉD	BURGONYAFŐZELÉK SERTÉS HÚSSAL, ALMA- MANDARINPÜRÉ	BROKKOLIFŐZELÉK CSIRKE HÚSSAL, ALMA	SÓSKA FŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, MANDARIN	SÁRGARÉPAFŐZELÉK PULYKA HÚSSAL, NARANCS	ZELLERFŐZELÉK CSIRKE HÚSSAL, ALMA
	<u>allergének:</u> glutén, <u>energia:</u> 455 kcal só: 0,02g <u>szénhidrát:</u> 53g, <u>fehérje:</u> 25g, <u>zsír:</u> 8g	<u>allergének:</u> glutén, <u>energia:</u> 267 kcal só: 0,03g <u>szénhidrát:</u> 43g, <u>fehérje:</u> 24g, <u>zsír:</u> 9g	<u>allergének:</u> glutén, <u>energia:</u> 318kcal só: 0,02g <u>szénhidrát:</u> 48g, <u>fehérje:</u> 20g, <u>zsír:</u> 7g	<u>allergének:</u> glutén, <u>energia:</u> 241 kcal só: 0,03g <u>szénhidrát:</u> 35g, <u>fehérje:</u> 22g, <u>zsír:</u> 8g	<u>allergének:</u> glutén <u>energia:</u> 309 kcal só: 0,02g <u>szénhidrát:</u> 46 g, <u>fehérje:</u> 20 g, <u>zsír:</u> 7g
UZSONNA	TEJ MÉZ, VAJ TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR	BARACKTEA LILAHAGYMÁS HÚSKRÉM TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR	ERDEI GYÜMÖLCSTEA KOCKASAJT TEJES KIFLI KALIFORNIAI PAPRIKA	ÁFONYATEA PÁRIZSI MARGARIN TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR SAVANYÚ KÁPOSZTA	MEGGYTEA TOJÁSKARIKA MARGARIN TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR PARADICSOM
	<u>allergének:</u> glutén, tej <u>energia:</u> 294 kcal só: 0,04g <u>szénhidrát:</u> 43g, <u>fehérje:</u> 19g, <u>zsír:</u> 11g	<u>allergének:</u> glutén, tej <u>energia:</u> 243 kcal só: 0,03g <u>szénhidrát:</u> 48g, <u>fehérje:</u> 12g <u>zsír:</u> 13g	<u>allergének:</u> glutén, tej <u>energia:</u> 228kcal só: 0,01g <u>szénhidrát:</u> 38g, <u>fehérje:</u> 14g, <u>zsír:</u> 9g	<u>allergének:</u> glutén, tej, szója <u>energia:</u> 267 kcal só: 0,04g <u>szénhidrát:</u> 46 g, <u>fehérje:</u> 18g, <u>zsír:</u> 14 g	<u>allergének:</u> glutén, tojás, <u>energia:</u> 248 kcal só: 0,03g <u>szénhidrát:</u> 32g, <u>fehérje:</u> 14 g, <u>zsír:</u> 11g
FELNŐTT EBÉD	ZÖLDSÉGES GOMBALEVES HÚSOS RAKOTT BURGONYA	TAVASZI LEVES SERTÉSTOKÁNY BROKKOLIFŐZELÉK TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR	PULYKARAGU LEVES RIZSFELFÚJT LEKVÁRRAL	EPERLEVÉLLEVES PÁROLT SERTÉSCOMB SÁRGABORSÓFŐZELÉK TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR	CITROMOS CSIRKELEVES KRUMPLIS TÉSZTA SAVANYÚ UBORKA
	<u>allergének:</u> glutén, tej, tojás, zeller <u>energia:</u> 679 kcal só: 3,8g <u>szénhidrát:</u> 138g, <u>fehérje:</u> 35g, <u>zsír:</u> 34g	<u>allergének:</u> glutén, tej, tojás, zeller <u>energia:</u> 914 kcal só: 3,9g <u>szénhidrát:</u> 106g, <u>fehérje:</u> 56g, <u>zsír:</u> 38g	<u>allergének:</u> glutén, tej, tojás, zeller <u>energia:</u> 891 kcal só: 4,0g <u>szénhidrát:</u> 93g, <u>fehérje:</u> 67g, <u>zsír:</u> 30g	<u>allergének:</u> glutén, zeller, tojás, tej <u>energia:</u> 989 kcal só: 3,9g <u>szénhidrát:</u> 128g, <u>fehérje:</u> 53g, <u>zsír:</u> 34g	<u>allergének:</u> glutén, tej, tojás, zeller <u>energia:</u> 987 kcal só: 3,8g <u>szénhidrát:</u> 109g, <u>fehérje:</u> 46g, <u>zsír:</u> 39 g

Simon Ildikó
bölcsődevezető

Gáspár Lászlóné
bölcsődevezető

Tóth Tímea
bölcsődevető

Tóthné Gróf Andrea
bölcsődevezető

Deák Tiborné
élelmzésvezető

Dr. Sallai Alexandra
bölcsődeorvos

