



FÖLDIMOGYORÓMENTES ÉTLAP – 20. HÉT – 2026. május 11-15.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	BARACKTEA ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT (6) DELMA ZSEMLE (1.) RETEK	TEJ (7.) TÖMLŐS SAJTKRÉM (7.) GRAHAM KENYÉR (1.) PARADICSOM	ERDEI GYÜMÖLCSTEA ZALA FELVÁGOTT (6.) DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	TEJBEDARA KAKAÓSZÓRATTAL (1.7.)	CITROMOS TEA EDAMI SAJT (7.) DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) RETEK
	<i>En: 320 kcal Feh: 10,5g Zsír: 3,7g Szénh: 59g ha só: 0,3g ha cukor: 10-g tel zsírsav: 5g</i>	<i>En: 310 kcal Feh: 12g Zsyr: 7g Szénh: 45g ha só: 0,5g cukor: -g tel zsírsav: 2g</i>	<i>En: 238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: 7-g tel zsírsav: 4g</i>	<i>En: 270 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só: 0,7g ha cukor: -g tel zsírsav: 5g</i>	<i>En: 240 kcal Feh: 7,2g Zsír: 11g Szénh: 29g ha só: 0,96g cukor: 10 g tel zsírsav: 3g</i>
TÍZÓRAI	MULTILÉ	LIMONÁDÉ	BARACKOS TEA	ALMALÉ	BARACKLÉ
GYERMEK EBÉD	CSIRKE APRÓPECSENYE GESZTENYEMÁRTÁS (1.7.8.) BANÁN	ZÖLDBORSÓLEVES HÚSGOMBÓCCAL (1.3.9.) GYÜMÖLCSÖS KUSZKUSZ (1.7.)	SZÍNES HALPOGÁCSA (3.4.1.) ÉDESBURGONYAPÜRÉ (7.) UBORKASALÁTA GRÁNÁTALMA	RAKOTT KARFIOL MARHAHÚSSAL (7.) KÖRTE	FOKHAGYMÁS CSIRKECSÍKOK VEGYESFŐZELÉK (1.7.) KIVI
	<i>En: 433 kcal, feh: 15g zsír: 17g, szénh: 40g, ha só: 3,2g ha cukor: -g tel zsírsav: 12g</i>	<i>En: 420 kcal, feh: 15g zsír: 20g szénh: 38g ha só: 3,2g ha cukor: 18--g tel zsírsav: 12g</i>	<i>En: 480 kcal, feh: 17g, zsír: 20g, szénh: 40g, ha só: 1,8g, ha cukor: -g tel zsírsav: 10g</i>	<i>En: 450 kcal, feh: 22g zsír: 34g, szénh: 43g, ha só: 3g, ha cukor: -7g tel zsírsav: 15g</i>	<i>En: 474 kcal, feh: 19g, zsír: 22g, szénh: 47g, ha só: 4,1g, cukor: -g tel zsírsav: 10g</i>
UZSONNA	PANNÓNIA SAJT (7.) DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) UBORKA	TOJÁSOS AVOKÁDÓKRÉM (3.) GRAHAM KENYÉR (1.) PARADICSOM	KEFIR (7.) TEJES KIFLI (6.1.)	HÁZI MÁJKRÉM GRAHAM KENYÉR (1.) PARADICSOM	MÉZ, VAJ (7.) GRAHAM KENYÉR (1.)
	<i>En: 230 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g, ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 6g</i>	<i>En: 185 kcal Feh: 7g Zsír: 6,8g Szénh: 22g ha só: 0,7g ha cukor: -g tel zsírsav: 5g tel zsírsav: 5g</i>	<i>En: 296 kcal Feh: 12g Zsír: 16g Szénh: 25g, ha só: 1,1g ha cukor: -g tel zsírsav: 8g</i>	<i>En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: g-- tel zsírsav: 5g</i>	<i>En: 252 kcal. Feh: 11g Zsír: 14g Szénh: 38g ha Cukor: -0g ha só: 1g tel zsírsav: 8g</i>

Az étlapon feltüntetett allergének: 1: glutén, 2:rákfélék, 3:tojás, 4: hal, 5: földimogyoró, 6: szója, 7:tej és tejtermékek, 8: diófélék, 9: zeller, 10: mustár, 11:szezám, 12: kén-dioxid, 13: csillagfürt, 14: puhatestűek

Németh Nikolett
Típegő konyha

Hollósiné Szili Anita
Úrhajós konyha

Barkóczi Dóra
szaktanácsadó

Magyarné Vugrinecz Zsuzsanna
bölcsődevezető

Soós Zsófia
bölcsődevezető

Tóth Tímea
bölcsődevezető

Tóthné Gróf Andrea
bölcsődevezető

Éltes-Kerkai Klaudia
bölcsődevezető