



FÖLDIMOGYORÓMENTES ÉTLAP – 44. HÉT – 2025. október 27 – október 31.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	CITROMOS TEA PANNÓNIA SAJT (7.) DELMA VIZES ZSEMLE (1.) UBORKA	TEJ (7.) PÁRIZSI (6.) DELMA VIZES ZSEMLE (1.) PAPRIKA	MEGGYTEA KOCKASAJT (7.) VIZES ZSEMLE (1.) PAPRIKA	KAKAO (7.) VIZES ZSEMLE (1.)	TEJBEDARA KAKAO SZÓRATTAL (1.7.)
	En: 310 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 45g ha só: 0,5g cukor: 10g tel zsírsav: 2g	En: 240 kcal Feh: 7,2g Zsír: 11g Szénh: 29g ha só: 0,96g cukor: 10 g tel zsírsav: 3g	En: 238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: 7g tel zsírsav: 4g	En: 270 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só: 0,7g ha cukor: 15g tel zsírsav: 5g	En: 320 kcal Feh: 10,5g Zsír: 3,7g Szénh: 59g ha só: 0,3g ha cukor: -g tel zsírsav: 5g
TÍZÓRAI	SZŐLŐLÉ	ALMALÉ	LIMONÁDÉ	MEGGYTEA	MULTILÉ
GYERMEK EBÉD	TOJÁSROPOGÓS (1.3.) KARALÁBÉFŐZELÉK (1.7.) SZŐLŐ	TEJSZÍNES-TÁRKONYOS PULYKARAGULEVES (1.3.7.) MÁKOS TÉSZTA (1.3.8.) BANÁN	CSIRKEMÁJAS RIZOTTÓ CSALAMÁDÉ KÖRTE	SERTÉSPÖRKÖLT KELBIMBŐFŐZELÉK (1.7) ALMA	FŐTT SERTÉSSZELET PIRÍTOTT DARA (1.) GYÜMÖLCSMÁRTÁS (1.7.)
	En: 420 kcal, feh: 15g zsír: 20g szénh: 38g ha só: 3,2g ha cukor: 18--g tel zsírsav: 12g	En: 474 kcal, feh: 19g, zsír: 22g, szénh: 47g, ha só: 4,1g, cukor: --g tel zsírsav: 10g	En: 480 kcal, feh: 17g, zsír: 20g, szénh: 40g, ha só: 1,8g, ha cukor: 10g tel zsírsav: 10g	En: 450 kcal, feh: 22g zsír: 34g, szénh: 43g, ha só: 3g, ha cukor: 7g tel zsírsav: 15g	En: 433 kcal, feh: 15g zsír: 17g, szénh: 40g, ha só: 3,2g ha cukor: -g tel zsírsav: 12g
UZSONNA	TEJ (7.) JAM, VAJ (7.) VIZES ZSEMLE (1.)	CITROMOS TEA HÚSKRÉM VIZES ZSEMLE (1.) PARADICSOM	HÁZI GYÜMÖLCSJOGHURT (7.) VIZES ZSEMLE (1.)	GYÜMÖLCS TEA SONKA FELVÁGOTT DELMA VIZES ZSEMLE (1.) PAPRIKA	BARACKTEA HALKRÉM (4.) VIZES ZSEMLE (1.) UBORKA
	En: 185 kcal Feh: 7g Zsír: 6,8g Szénh: 22g ha só: 0,7g ha cukor: --g tel zsírsav: 5g tel zsírsav: 5g	En: 252 kcal. Feh: 11g Zsír: 14g Szénh: 38g ha Cukor: - 10g ha só: 1g tel zsírsav: 8g	En: 296 kcal Feh: 12g Zsír: 16g Szénh: 25g, ha só: 1,1g ha cukor: -12g- tel zsírsav: 8g	En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: 10g-- tel zsírsav: 5g	En: 230 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g, ha cukor: --, ha só: 1,2g tel zsírsav: 6g

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:szeszámag, 12: kén-dioxid, 13: csillagfűrt, 14: puhatestűek

Németh Nikolett
Típegő konyha
Magyarné Vugrinecz Zsuzsanna
bölcsődevezető

Soós Zsófia
bölcsődevezető

Hollósiné Szili Anita
Úrhajós konyha
Tóth Tímea
bölcsődevezető

Tóthné Gróf Andrea
bölcsődevezető

Barkóczi Dóra
szaktanácsadó
Éltes-Kerkai Klaudia
bölcsődevezető