



FÖLDIMOGYORÓMENTES ÉTLAP – 50. HÉT – 2025. december 08 – december 13.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
REGGELI	KAKAÓ (7.) VIZES ZSEMLE (1.)	BARACKTEA TRAPPISTA SAJT (7.) DELMA VIZES ZSEMLE (1.) CSEMEGE UBORKA	TEJBEDARA KAKAÓSZÓRATTAL (1.7.)	MEGGYTEA FŐTT VIRSLI (6.) VIZES ZSEMLE (1.) PARADICSOM	TEJ (7.) JAM, VAJ (7.) VIZES ZSEMLE (1.)	NARANCSTEA SONKAFELVÁGOTT DELMA VIZES ZSEMLE (1.) PAPRIKA
	En:238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: -10g t zsírsav: 6g	En: 170 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: - g t zsírsav: 3g	En: 320 kcal Feh: 10,5g Zsír: 3,7g Szénh: 59g ha só: 0,3g ha cukor: 7g t zsírsav: 5g	En:238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: -10g t zsírsav: 6g	En: 170 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: - g t zsírsav: 3g	En: 170 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: - g t zsírsav: 3g
TÍZÓRAI	MULTILÉ	ALMALÉ	GYÜMÖLCSSALÁTA	ANANÁSZLÉ	ŐSZILÉ	ALMALÉ
GYERMEK EBÉD	FŐTT TOJÁS (3.) FŐTT BURGONYA SPENÓTFŐZELÉK (1.7.) BANÁN	SAVANYÚ RÉPAFŐZELÉK BENN FŐTT HÚSSAL (1.7.) CSERESZNYÉS-MÁKOS KEVERT (1.3.7.8.)	RIZESHÚS CSEMEGE UBORKA	FŐTT SERTÉSSZELET PIRÍTOTT DARA (1.) GYÜMÖLCSMÁRTÁS (1.7.)	LAZACFASÍRT (1.3.4.) BURGONYAPÜRÉ (7.) CSALAMÁDÉ KIVI	SERTÉS APRÓPECSENYE BROKKOLIFŐZELÉK (1.7.) NARANCS
	En: 581 kcal Feh: 29g Zsír: 26g Szénh: 66g ha só: 4g ha cukor: 15g el zsírsav: 16g	En: 584 kcal Feh: 25g Zsír: 22g Szénh: 80g ha só: 3g ha cukor: 4g tel zsírsav: 11g	En: 581 kcal Feh: 29g Zsír: 26g Szénh: 66g ha só: 4g ha cukor: 15g el zsírsav: 16g	En: 610 kcal Feh: 34g Zsír: 18g Szénh: 72 g ha cukor: 20g ha só: 3,5g tel zsírsav: 14g	En: 584 kcal Feh: 25g Zsír: 22g Szénh: 80g ha só: 3g ha cukor: 4g tel zsírsav: 11g	En: 584 kcal Feh: 25g Zsír: 22g Szénh: 80g ha só: 3g ha cukor: 4g tel zsírsav: 11g
UZSONNA	EPERTEA ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT (6.) DELMA VIZES ZSEMLE (1.) PARADICSOM	TEJ (7.) ZÖLDFŰSZERES VAJ (7.) VIZES ZSEMLE (1.) LILAHAGYMA	MÁLNATEA HÁZI MÁJKRÉM VIZES ZSEMLE (1.) UBORKA	ERDEI GYÜMÖLCSTEA KOCKASAJT (7.) VIZES ZSEMLE (1.) RETEK	CITROMOS TEA HÚSKRÉM VIZES ZSEMLE (1.) ÚJHAGYMA	NATÚR JOGHURT (7.) VIZES ZSEMLE (1.)
	En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: -g- tel zsírsav: 5g	En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g	En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g	En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g	En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: -12 g tel zsírsav: 5g	En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g

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: csillagfűrt, 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