



GLUTÉN-TOJÁS-TEJFEHÉRJE-TEJCUKORMENTES ÉTLAP – 47. HÉT – 2025. november 17 – november 21.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	MÁLNATEA gm SONKAFELVÁGOTT DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) RETEK	ERDEI GYÜMÖLCSTEA gm SONKA FELVÁGOTT DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) PAPRIKA	gluténmentes ZABKÁSA KAKAÓS SZÓRATTAL RIZSTEJJELE	CITROMOS TEA gm SONKAFELVÁGOTT DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) UBORKA	RIZSTEJES KAKAÓ JAM, DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.)
	En: 240 kcal Feh: 7,2g Zsír: 11g Szénh: 29g ha só: 0,96g cukor: 10 g tel zsírsav: 3g	En: 310 kcal Feh: 12g Zsyr: 7g Szénh: 45g ha só: 0,5g cukor: 10g tel zsírsav: 2g	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	ALMALÉ	SZŐLŐLÉ	GYÜMÖLCSTEA	GYÜMÖLCSSALÁTA	MULTILÉ
GYERMEK EBÉD	PULYKA APRÓPECSENYE BURGONYAFŐZELÉK tejföl nélkül, keményítővel sűrítve ALMA	SERTÉSRAGU LEVES tojásmentes tésztával (1.9.) KRUMPLIS TÉSZTA gm-tojásmentes tésztával CEMEGE UBORKA KÖRTE	CSIRKE APRÓPECSENYE BABFŐZELÉKPÜRÉ tejföl nélkül, keményítővel sűrítve BANÁN	CSIRKEPÖRKÖLT tojás-gluténmentes TÉSZTAKÖRET SAVANYÚSÁG	SERTÉSHÚSPOGÁCSA tojás nélkül, keményítővel SÁRGARÉPAFŐZELÉK tejföl nélkül, keményítővel sűrítve NARANCS
	En: 474 kcal, feh: 19g, zsír: 22g, szénh: 47g, ha só: 4,1g, cukor: --g tel zsírsav: 10g	En: 420 kcal, feh: 15g zsír: 20g szénh: 38g ha só: 3,2g ha cukor: 18--g tel zsírsav: 12g	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	EPERTEA gm SONKAFELVÁGOTT DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) UBORKA	RIZSTEJES KAKAÓ DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) SÁRGARÉPA KARIKA	BARACKTEA gm SONKAFELVÁGOTT DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) PARADICSOM	MÁLNATEA HÚSKRÉM GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) LILAHAGYMA	NARANCSTEA gm SONKAFELVÁGOTT DELMA GLUTÉNMENTES KENYÉR (6.) KÁPIA PAPRIKA
	En: 252 kcal. Feh: 11g Zsír: 14g Szénh: 38g ha Cukor: - 10g ha só: 1g tel zsírsav: 8g	En: 185 kcal Feh: 7g Zsír: 6,8g Szénh: 22g ha só: 0,7g ha cukor: --g tel zsírsav: 5g tel zsírsav: 5g	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:szezám, 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