



TEJFEHÉRJE-TEJCUKORMENTES ÉTLAP – 27. HÉT – 2025. június 30 – július 04.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	ERDEI GYÜMÖLCSTEA GÉPSONKA DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	CITROMOS TEA SONKAFELVÁGOTT DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) UBORKA	RIZSTEJ MÉZ, DELMA GRAHAM KENYÉR (1.)	CITROMOS TEA GÉPSONKA DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	RIZSTEJ JAM, DELMA BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD (1.)
	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	LIMONÁDÉ	MEGGYTEA	MULTILÉ
GYERMEK EBÉD	PULYKAHÚSOS RIZOTTÓ UBORKASALÁTA MEGGY	MAGYAROS KELKÁPOSZTA LEVES SERTÉSHÚSSAL (1.) DEJÓS TÉSZTA (1.3.8.) ALMA	SZÍNES HALPOGÁCSA (3.4.) ZELLERMÁRTÁS tejföl nélkül (1.9.) BARACK	SÜLT CSIRKECOMBFILÉ MEXIKÓI FŐZELÉK tejföl nélkül (1.) ALMA	SERTÉS APRÓPECSENYE BABFŐZELÉK PÜRÉ tejföl nélkül (1.) CSERESZNYE
	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	RIZSTEJ DELMA KORPÁS KIFLI (1.) UBORKA	RIZSTEJ SÁRGARÉPÁS DELMA ROZSOS KENYÉR (1.)	MÁLNATEA RESZELT TOJÁS (3.) DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) ZÖLDHAGYMA	GYÜMÖLCSTEA SONKAFELVÁGOTT DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	CITROMOS TEA AVOKÁDÓKRÉM ROZSOS KENYÉR (1.) UBORKA
	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
Tipegő 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