



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



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	MÁLNATEA SONKAFELVÁGOTT DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) RETEK	ERDEI GYÜMÖLCSTEA SONKA FELVÁGOTT DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	ZABKÁSA KAKAÓS SZÓRATTAL RIZSTEJJELE (1.)	CITROMOS TEA SONKAFELVÁGOTT DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) UBORKA	RIZSTEJES KAKAÓ JAM, DELMA VIZES ZSEMLE (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	GYÜMÖLCSTEA	GYÜMÖLCSSALÁTA	MULTILÉ
GYERMEK EBÉD	PULYKA APRÓPECSENYE BURGONYAFŐZELÉK tejföl nélkül (1.) ALMA	SERTÉSRAGU LEVES (1.3.9.) ZSEMLEFELFÚJT NÖVÉNYI TEJJELE VIZES ZSEMLELÉVEL, LEKVÁR (1.3.) KÖRTE	CSIRKE APRÓPECSENYE BABFŐZELÉKPÜRÉ tejföl nélkül (1.) BANÁN	CSIRKEPÖRKÖLT TÉSZTA (1.3.) SAVANYÚSÁG	SERTÉSVAGDALT (1.3.) SÁRGARÉPAFŐZELÉK tejföl nélkül (1.) 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 TOJÁSKARIKA (3.) DELMA VIZES ZSEMLE (1.) UBORKA	RIZSTEJES KAKAÓ DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) SÁRGARÉPA KARIKA	BARACKTEA SONKA FELVÁGOTT DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PARADICSOM	MÁLNATEA HÚSKRÉM GRAHAM KENYÉR (1.) LILAHAGYMA	NARANCS- SONKAKRÉM GRAHAM KENYÉR (1.) 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: csillagfű, 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