



TEJFEHÉRJE-TOJÁS-SZÓJA MENTES ÉTLAP – 22. HÉT – 2026. május 26 – 29.



	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	CITROMOS TEA MENTES FELVÁGOTT DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) UBORKA	RIZSTEJ MENTES FELVÁGOTT DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	RIZSTEJES KAKAO DELMA KORPÁS KIFLI (1.) UBORKA	GYÜMÖLCSÖS ZABKÁSA RIZSTEJEL (1.)
	<i>En: 240 kcal Feh: 7,2g Zsír: 11g Szénh: 29g ha só: 0,96g cukor: 0 g tel zsírsav: 3g</i>	<i>En: 310 kcal Feh: 12g Zsyr: 7g Szénh: 45g ha só: 0,5g cukor: 0g tel zsírsav: 2g</i>	<i>En:238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: 10g tel zsírsav: 4g</i>	<i>En:270 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: g tel zsírsav: 5g</i>
TÍZÓRAI	ALMALÉ	LIMONÁDÉ	BARACKTEA	BARACKLÉ
GYERMEK EBÉD	SERTÉSPECSENYE BROKKOLIFŐZELÉK tejföl nélkül (1.) BANÁN	TÁRKONYOS CSIRKERAGU LEVES tojásmentes tésztával (1.9.) RIZESHÚS SAVANYÚSÁG	SÜLT LAZAC (4.) BURGONYAPÜRÉ tejtermékmentesen LILAHAGYMÁS KUKORICASALÁTA KÖRTE	MARHAVAGDALT tojás nélkül (1.) ZELLERFŐZELÉK tejföl nélkül (1.9.) CSERESZNYE
	<i>En: 474 kcal, feh: 19g, zsír: 22g, szénh: 47g, ha só: 4,1g, cukor: -g tel zsírsav: 10g</i>	<i>En: 420 kcal, feh: 15g zsír: 20g szénh: 38g ha só: 3,2g ha cukor: 18-g tel zsírsav: 12g</i>	<i>En:480 kcal, feh: 17g, zsír: 20g, szénh: 40g, ha só: 1,8g, ha cukor: g tel zsírsav: 10g</i>	<i>En: 450 kcal, feh: 22g Zsír: 34g, szénh: 43g, ha só: 3g, ha cukor: 7g tel zsírsav: 15g</i>
UZSONNA	JAM, DELMA GRAHAM KENYÉR (1.)	SONKAFELVÁGOTT DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) RETEK	MENTES FELVÁGOTT DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) LILAHAGYMA	AVOKÁDÓKRÉM GRAHAM KENYÉR (1.) RETEK
	<i>En: 252 kcal. Feh: 11g Zsír: 14g Szénh: 38g ha Cukor: -g ha só: 1g tel zsírsav: 8g</i>	<i>En: 185 kcal Feh: 7g Zsír: 6,8g Szénh: 22g ha só: 0,7g ha cukor: -g tel zsírsav: 5g tel zsírsav: 5g</i>	<i>En: 296 kcal Feh: 12g Zsír: 16g Szénh: 25g, ha só: 1,1g ha cukor: -g tel zsírsav: 8g</i>	<i>En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: g tel zsírsav: 5g</i>

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
Tipegő konyha

Hollósiné Szili Anita
Űrhajós konyha

Barkóczi Dóra
szaktanácsadó

Magyarné Vugrinecz Zsuzsanna
bölcsődevezető

Soós Zsófia
bölcsődevezető

Tóth Tímea
bölcsődevezető

Tóthné Gróf Andrea
bölcsődevezető

Éltes-Kerkai Klaudia
bölcsődevezető