



TEJFEHÉRJE-TOJÁS-TEJCUKORMENTES ÉTLAP –41. HÉT – 2025. október 06 – október 10.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	ERDEI GYÜMÖLCSTEA GÉPSONKA DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	BARACKTEA SONKA FELVÁGOTT DELMA BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD (1.) RETEK	RIZSTEJES KAKAÓ DELMA VIZES ZSEMLE (1.) PAPRIKA	CITROMOS TEA SONKA FELVÁGOTT DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) UBORKA	RIZSTEJES TEJBEDARA KAKAÓSZÓRATTAL (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	BARACKOS TEA	MEGGYTEA	MULTILÉ
GYERMEK EBÉD	FOKHAGYMÁS CSIRKERAGU SÜTŐTÖKFŐZELÉK tejtermék nélkül (1.) ALMA	PARADICSOMOS KÁPOSZTAFŐZELÉK BENN FŐTT HÚSSAL (1.) CSERESZNYÉS LEPÉNY rizstejjel készítve, tojás nélkül (1.)	SÜLT LAZAC (4.) ZELLERMÁRTÁS tejtermék nélkül (1.9.) SZILVA	BULGUROS HÚS (1.) KÁPOSZTASALÁTA SÁRGADINNYE	PULYKAPÖRKÖLT SÁRGABORSÓFŐZELÉKPÜRÉ tejföl nélkül (1.) SZŐLŐ
	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	CITROMOS TEA MÉZ, DELMA KORPÁS KIFLI (1.)	EPERTEA ZÖLDFÚSZERES DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	EPERTEA HÚSPÁSTÉTOM GRAHAM KENYÉR (1.) PARADICSOM	RIZSTEJ JAM, DELMA ROZSOS KENYÉR (1.)	EPERTEA LILAHAGYMÁS DELMA GRAHAM KENYÉR (1.)
	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:szeszámag, 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