



ÉTLAP – BÖLCSŐDE – 15. HÉT – 2026. április 7-10.



	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	GYÜMÖLCSÖS ZABKÁSA (1.7.)	KAKAÓ (7.) PÁRIZSI DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) UBORKA	MÁLNA TEA GOUDA SAJT (7.) DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PAPRIKA	TEJESKÁVÉ (7.) FATÖRZS KIFLI (1.3.7.)
	<i>En: 240 kcal Feh: 7,2g Zsír: 11g Szénh: 29g ha só: 0,96g cukor: -g tel zsírsav: 3g</i>	<i>En: 310 kcal Feh: 12g Zsyr: 7g Szénh: 45g ha só: 0,5g cukor: 5g tel zsírsav: 2g</i>	<i>En: 238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: 7g tel zsírsav: 4g</i>	<i>En: 270 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só: 0,7g ha cukor: 5g tel zsírsav: 5g</i>
TÍZÓRAI	ALMALÉ	MULTILÉ	GYÜMÖLCS TEA	LIMONÁDÉ
GYERMEK EBÉD	SÜLT VIRSLI (6.) ZÖLDBABFŐZELÉK (1.7.) BANÁN	GULYÁSLEVES (1.3.9.) PIZZÁS CSIGA TÖKMAGGAL (1.3.7.8.) SZŐLŐ	CSIRKE APRÓPECSENYE CUKKINIFŐZELÉK (1.7.) ANANÁSZ	TEJSZÍNES-HALAS TÉSZTA (1.3.4..7.) KIVI
	<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: 5--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: -g tel zsírsav: 15g</i>
CSECSEMŐ EBÉD	ZÖLDBABFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, BANÁN	BURGONYAFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, ALMA	CUKKINIFŐZELÉK CSIRKEHÚSSAL, ALMA	SÁRGARÉPAFŐZELÉK CSIRKEHÚSSAL, KÖRTE
	<i>energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g, SÓ: 0,3g, cukor: 1g</i>	<i>energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>
UZSONNA	SONKAFELVÁGOTT DELMA BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD (1.) RETEK	KEFIR (7.) TEJES KIFLI (1.7.)	PADLIZSÁNKRÉM GRAHAM KENYÉR (1.)	TOJÁSKARIKA (3.) DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) PARADICSOM
	<i>En: 252 kcal. Feh: 11g Zsír: 14g Szénh: 38g ha Cukor: -10g ha só: 1g tel zsírsav: 8g</i>	<i>En: 185 kcal Feh: 7g Zsír: 6,8g Szénh: 22g ha só: 0,7g ha cukor: -10-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>
FELNŐTT EBÉD	RESZELTTÉSZTA LEVES (1.3.9.) SÜLT VIRSLI (6.) ZÖLDBABFŐZELÉK (1.7.)	GULYÁSLEVES (1.3.9.) PIZZÁS CSIGA TÖKMAGGAL (1.3.7.8.)	FOKHAGYMAKRÉMLEVES (1.7.) SÜLT CSIRKECOMB KUKORICÁS RIZS UBORKASALÁTA	ZÖLDSÉGES BABLEVES (1.3.9.) TEJSZÍNES-HALAS TÉSZTA (1.3.4.7.)
	<i>Energia: 1023kcal Fehérje: 54g Zsír: 39g Szénhidrát: 130g h.a. SÓ: 5,9g h.a. Cukor: -g tel zsírsav: 1 6g</i>	<i>En: 934 kcal feh: 35g zsír: 38g szénh: 108g h.a cukor: 5-g h.a só: 3,5g tel zsírsav: 15g</i>	<i>En: 743 Feh: 36g Zsír: 32 g Szénh: 71 g h.a. cukor: -g ha só: 3 g tel zsírsav: 10g</i>	<i>En: 813 kcal, feh: 39g, zsír: 33g, szénh: 130g, ha só: 2,6g, ha cukor: ---g tel zsírsav: 1 6g</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: szezámmag, 12: kén-dioxid, 13: csillagfürt, 14: puhatestűek

Németh Nikolett
Tipegő konyha

Hollósiné Szili Anita
Úrhajós konyha

Barkóczi Dóra
szaktanácsadó

Magyarné Vugrinecz Zsuzsanna
bölcsődevezető

Soós Zsófia
bölcsődevezető

Tóth Tímea
bölcsődevezető

Tóthné Gróf Andrea
bölcsődevezető

Éltes-Kerkai Klaudia
bölcsődevezető