



ÉTLAP – BÖLCSŐDE – 31. HÉT – 2025. július 28– augusztus 01.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	TEJ (7.) KOCKASAJT (7.) GRAHAM KENYÉR (1.) UBORKA	BARACKTEA ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT (6.) DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) CSEMEGE UBORKA	TEJ (7.) GABONAGOLYÓ (1.)	MEGGYTEA VIRSLI (6.) BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD (1.) PARADICSOM	TEJESKÁVÉ (7.) FATÖRZS KIFLI (1.7.)
	En:238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: -10g t zsírsav: 6g	En: 170 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: - g t zsírsav: 3g	En: 320 kcal Feh: 10,5g Zsír: 3,7g Szénh: 59g ha só: 0,3g ha cukor: 7g t zsírsav: 5g	En:238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: -10g t zsírsav: 6g	En: 170 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: - g t zsírsav: 3g
TÍZÓRAI	LIMONÁDÉ	ALMALÉ	CITROMOS TEA	ANANÁSZLÉ	ŐSZILÉ
GYERMEK EBÉD	PULYKAPECSENYE KARFIOLFŐZELÉK (1.7.) BARACK	SERTÉSRAGU LEVES (1.3.9.) GYÜMÖLCSÖS KUSZKUSZ (1.7.)	HALPOGÁCSA (1.3.4.) ZELLERMÁRTÁS (1.7.9.) DINNYE	TEJSZÍNES-TÁRKONYOS CSIRKERAGU LEVES (1.3.7.9.) KRUMPLIS TÉSZTA (1.3.) CSEMEGE UBORKA ALMA	SERTÉSPÖRKÖLT LENCSEFŐZELÉKPÜRÉ (1.7.) KÖRTE
	En: 581 kcal Feh: 29g Zsír: 26g Szénh: 66g ha só: 4g ha cukor: 15g el zsírsav: 16g	En: 584 kcal Feh: 25g Zsír: 22g Szénh: 80g ha só: 3g ha cukor: 4g tel zsírsav: 11g	En: 581 kcal Feh: 29g Zsír: 26g Szénh: 66g ha só: 4g ha cukor: 15g el zsírsav: 16g	En: 610 kcal Feh: 34g Zsír: 18g Szénh: 72 g ha cukor: 20g ha só: 3,5g tel zsírsav: 14g	En: 584 kcal Feh: 25g Zsír: 22g Szénh: 80g ha só: 3g ha cukor: 4g tel zsírsav: 11g
CSECSEMŐ EBÉD	KARFIOLFŐZELÉKPÜRÉ PULYKAHÚSSAL, BARACK	SÁRGARÉPAFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, ALMA	ZELLERFŐZELÉK (9.) SERTÉSHÚSSAL, DINNYE	BURGONYAFŐZELÉK CSIRKEHÚSSAL, ALMA	ZÖLBABFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, KÖRTE
	energia: 318kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g só: 0,02g	energia: 318kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g só: 0,02g	energia: 318kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g só: 0,02g	energia: 267 kcal szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g só: 0,03g	energia: 318kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g só: 0,02g
UZSONNA	EPERTEA GÉPSONKA DELMA KORPÁS KIFLI (1.) RETEK	TEJ (7.) TÖKMAGOS DELMA (8.) ROZSOS KENYÉR (1.) UBORKA	MÁLNATEA TOJÁSKRÉM (3.) GRAHAM KENYÉR (1.) ÚJHAGYMA	HÁZI GYÜMÖLCSJOGHURT (7.) KORPÁS KIFLI (1.)	MEGGYTEA TRAPPISTA SAJT (7.) DELMA GRAHAM KENYÉR (1.) UBORKA
	En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: -g- tel zsírsav: 5g	En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g	En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g	En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: -, ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g	En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: -12 g tel zsírsav: 5g
FELNŐTT EBÉD	MAGYAROS ZÖLDSÉGLEVES (1.3.9.) DUBARRY PULYKAMELL (1.7.) RIZS	FRANKFURTI LEVES (1.3.6.7) TÚRÓS LEPÉNY (1.3.7.)	ZELLERKRÉMLEVES (1.7.9.) HALFILÉ KUKORICAPELYHES KÖNTÖSBEN (1.3.4.) KUKORICÁS RIZS VEGYES VÁGOTT SAVANYÚSÁG	TEJSZÍNES-TÁRKONYOS CSIRKERAGU LEVES (1.3.7.9.) KRUMPLIS TÉSZTA (1.3.) CSEMEGE UBORKA	ZÖLDSÉGLEVES (1.3.9.) SERTÉSPÖRKÖLT LENCSEFŐZELÉK (1.7.)
	En:835 kcal, feh:40g, zsír:25g, szénh:80g, ha cukor: -5-g, ha só:2,2g tel zsírsav: 18g	En: 840 kcal, feh: 35g h, zsír: 45g, szénh: 74g, ha cukor: 20 g tel zsírsav: 17g	En: 840 kcal, feh: 35G h, zsír: 45g, szénh: 74g, ha cukor: 20 g tel zsírsav: 17g	En:835 kcal, feh:40g, zsír:25g, szénh:80g, ha cukor: -5-g, ha só:2,2g tel zsírsav: 18g	En:835 kcal, feh:40g, zsír:25g, szénh:80g, ha cukor: - 5-g, ha só:2,2g tel zsírsav: 18g

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
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