



ÉTLAP – BÖLCSŐDE – 47. HÉT – 2024. november 18. – november 22.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	BARACKTEA ZALA FELVÁGOTT DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) PARADICSOM	MÁLNATEA GOUDA SAJT (7.) MARGARIN TELJES KIŐRLÉSŰ KENYÉR (1.) PAPRIKA	MEGGYTEA KOCKASAJT (7.) BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD (1.) SAVANYÚ KÁPOSZTA	TEJ (7.) KAKAÓS KALÁCS (1.3.7.)	CHIA KÁSA (1.7.8.)
	<i>En:238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: -10g t zsírsav: 6g</i>	<i>En: 170 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: - g t zsírsav: 3g</i>	<i>En: 320 kcal Feh: 10,5g Zsír: 3,7g Szénh: 59g ha só: 0,3g ha cukor: 7g t zsírsav: 5g</i>	<i>En:238 kcal Feh: 12g Zsír: 7g Szénh: 29g ha só: 1,1g ha cukor: -10g t zsírsav: 6g</i>	<i>En: 170 kcal Feh: 12g Zsír: 6,7g Szénh: 39 g ha só:0,7g ha cukor: - g t zsírsav: 3g</i>
TÍZÓRAI	ÁFONYATEA	ALMALÉ	SZŐLŐLÉ	BARACKTEA	BARACKLÉ
GYERMEK EBÉD	FOKHAGYMÁS SERTÉS-RAGU KARFIOLFŐZELÉK (1.7.) ALMA	PULYKARAGU LEVES (1.3.9.) STÍRIAI METÉLT (1.3.7.) KÖRTE	TEJFŐLŐS CSIRKEPAPRIKÁS (7.) NOKEDLI (1.3.) ALMA	HALPOGÁCSA (1.3.) VEGYESFŐZELÉK (1.7.) MANDARIN	SÜLT CSIRKECOMB PETREZSELYMES BURGONYA CÉKLASAVANYÚSÁG KÖRTE
	<i>En: 610 kcal Feh: 34g Zsír: 18g Szénh: 72 g ha cukor: 20g ha só: 3,5g tel zsírsav: 14g</i>	<i>En: 584 kcal Feh: 25g Zsír: 22g Szénh: 80g ha só: 3g ha cukor: 4g tel zsírsav: 11g</i>	<i>En: 581 kcal Feh: 29g Zsír: 26g Szénh: 66g ha só: 4g ha cukor: 15g el zsírsav: 16g</i>	<i>En: 610 kcal Feh: 34g Zsír: 18g Szénh: 72 g ha cukor: 20g ha só: 3,5g tel zsírsav: 14g</i>	<i>En: 584 kcal Feh: 25g Zsír: 22g Szénh: 80g ha só: 3g ha cukor: 4g tel zsírsav: 11g</i>
CSECSEMŐ EBÉD	SÜTŐTÖK-FŐZELÉK PULYKAHÚSSAL, ALMA	BURGONYA-RÉPAFŐZELÉK PULYKAHÚSSAL, ALMA	SÁRGARÉPAFŐZELÉK CSIEKEHÚSSAL, ALMA	VEGYESFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, ALMA	ALMA-BURGONYAFŐZELÉK CSIRKEHÚSSAL, ALMA
	<i>energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 318kcal só: 0,02g szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g</i>	<i>energia: 318kcal só: 0,02g szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g</i>	<i>energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 318kcal só: 0,02g szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g</i>
UZSONNA	TEJ (7.) MÉZ, VAJ (7.) FÉLBARNA KENYÉR (1.)	EPERTEA TOJÁSKARIKA (3.) DELMA KORPÁS KIFLI (1.) PARADICSOM	VEGYES GYÜMÖLCSTEA EDAMI SAJT MARGARIN TELJES KIŐRLÉSŰ KENYÉR (1.) RESZELT SÁRGARÉPA+JÉGSALÁTA	CITROMOS TEA SONKAFELVÁGOTT DELMA MAGOS BARNA KENYÉR (1.8.11.) UBORKA	ERDEI GYÜMÖLCSTEA HÚSKRÉM TELJES KIŐRLÉSŰ KENYÉR LILAHAGYMA
	<i>En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: --12 g tel zsírsav: 5g</i>	<i>En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: - ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g</i>	<i>En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: - ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g</i>	<i>En: 320 kcal Feh: 8,1g Zsír: 6g Szénh: 31g ha cukor: - ha só: 1,2g tel zsírsav: 3g</i>	<i>En: 227 kcal Feh: 7,7g Zsír: 7g Szénh: 32g ha só: 1,2g ha cukor: --12 g tel zsírsav: 5g</i>
FELNŐTT EBÉD	ZÖLDSÉGLEVES (1.3.9.) CHILIS BAB RIZS	PULYKARAGU LEVES (1.3.9.) STÍRIAI METÉLT (1.3.7.)	ZÖLDBORSÓLEVES VAJAS GALUSKÁVAL (1.3.7.9.) TEJFŐLŐS CSIRKEPAPRIKÁS (7.) NOKEDLI (1.3.)	PARADICSOMLEVES (1.3.) RÁNTOTT HALFILÉ 81.3.4.) RIZIBIZI VEGYES VÁGOTT SAVANYÚSÁG	SÜTŐTÖKKRÉMLEVES (1.7.) SÜLT CSIRKECOMB PETREZSELYMES BURGONYA KÁPOSZTASALÁTA
	<i>En:835 kcal, feh:40g, zsír:25g, szénh:80g, ha cukor: -5-g, ha só:2,2g tel zsírsav: 18g</i>	<i>En: 840 kcal, feh: 35G h, zsír: 45g, szénh: 74g, ha cukor: 20 g tel zsírsav: 17g</i>	<i>En: 840 kcal, feh: 35G h, zsír: 45g, szénh: 74g, ha cukor: 20 g tel zsírsav: 17g</i>	<i>En:835 kcal, feh:40g, zsír:25g, szénh:80g, ha cukor: -5-g, ha só:2,2g tel zsírsav: 18g</i>	<i>En:835 kcal, feh:40g, zsír:25g, szénh:80g, ha cukor: - 5-g, ha só:2,2g tel zsírsav: 18g</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:szeszam, 12: kén-dioxid, 13: csillagfűrt, 14: puhatestűek

Németh Nikolett
Tipegő konyha

Magyarné Vugrinecz Zsuzsanna
bölcsővezető

Hollósiné Szili Anita
Úrhajós konyha

Arany Bernadett
bölcsővezető

Tóth Tímea
bölcsővezető

Barkóczy Dóra
szaktanácsadó

Tóthné Gróf Andrea
bölcsővezető

Éltes-Kerkai Klaudia
bölcsővezető