



ÉTLAP – BÖLCSŐDE – 5. HÉT – 2023. január 30-február 3.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	ÁFONYATEA GÉPSONKA DELMA ROZSKENYÉR (1.6.7.) UBORKA	MEGGYTEA SAJTSZELET (7.) DELMA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR (1.6.) RETEK	TEJBEDARA KAKAÓSZÓRATTAL (1.7.)	CITROMOS TEA TAVASZI FELVÁGOTT (6.) DELMA FEHÉR KENYÉR (1.6.) PAPRIKA	KAKAÓ (7.) VAJ (7.) TEJES KIFLI (1.6.7.) UBORKA
	<i>energia: 290 kcal</i> <i>só: 0,01g</i> <i>szénhidrát: 50g, fehérje: 12g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 290 kcal</i> <i>só: 0,01g</i> <i>szénhidrát: 50g, fehérje: 12g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 290 kcal</i> <i>só: 0,01g</i> <i>szénhidrát: 50g, fehérje: 12g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 294 kcal</i> <i>só: 0,4g</i> <i>szénhidrát: 37g, fehérje: 19g, zsír: 11g</i>	<i>energia: 294 kcal</i> <i>só: 0,4g</i> <i>szénhidrát: 37g, fehérje: 19g, zsír: 11g</i>
TÍZÓRAI	BARACKLÉ	MÁLNATEA	MEGGYTEA	NARANCSLÉ	EPERTEA
GYERMEK EBÉD	SERTÉS APRÓPECSENYE KELBIMBÓFŐZELÉK (1.7.)	HÚSGOMBÓC (3.) FŐTT BURGONYA PARADICSOMMÁRTÁS (1.)	CSIRKEPÖRKÖLT GALUSKA (1.3.) BANÁN	PULYKARAGU FINOMFŐZELÉK (1.7.) KIVI	PALÓCLEVES (1.3.7.) PIZZÁS CSIGA (1.3.)
	<i>energia: 388 kcal</i> <i>só: 0,04g</i> <i>szénhidrát: 61g, fehérje: 29g, zsír: 17g</i>	<i>energia: 397 kcal</i> <i>só: 0,04 g</i> <i>szénhidrát: 61g, fehérje: 32 g, zsír: 15 g</i>	<i>energia: 463 kcal</i> <i>só: 0,04g</i> <i>szénhidrát: 104g, fehérje: 44g, zsír: 13g</i>	<i>energia: 368 kcal</i> <i>só: 0,04g</i> <i>szénhidrát: 77g, fehérje: 21g, zsír: 14g</i>	<i>energia: 368 kcal</i> <i>só: 0,04g</i> <i>szénhidrát: 77g, fehérje: 21g, zsír: 14g</i>
CSECSEMŐ EBÉD	KELBIMBÓFŐZELÉKPÜRÉ SERTÉSHÚSSAL, ALMA	BURGONYAFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, ALMA	TÖKFŐZELÉK CSIRKEHÚSSAL, BANÁN	ZÖLDBORSÓFŐZELÉK PÜRÉ PULYKAHÚSSAL, ALMA	VEGYESFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, BANÁN
	<i>energia: 267 kcal</i> <i>só: 0,03g</i> <i>szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>	<i>só: 0,03g</i> <i>szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 267 kcal</i> <i>só: 0,03g</i> <i>szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 318kcal</i> <i>só: 0,02g</i> <i>szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g</i>	<i>energia: 318kcal</i> <i>só: 0,02g</i> <i>szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g</i>
UZSONNA	KÖRÖZÖTT (7.) KORPÁS ZSEMLE (1.6.) PARADICSOM	TEJ (7.) VAJ (7.) FEHÉR KENYÉR (1.6.) PAPRIKA	NARANCS TEA KOCKASAJT (7.) BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD (1.6.) RETEK	TEJ (7.) MÉZ, DELMA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR (1.6.)	CITROMOS TEA RESZELT TOJÁS (4.) DELMA ROZSKENYÉR (1.6.7.) RETEK
	<i>energia: 243 kcal</i> <i>só: 0,03g</i> <i>szénhidrát: 48g, fehérje: 12g, zsír: 13g</i>	<i>energia: 243 kcal</i> <i>só: 0,03g</i> <i>szénhidrát: 48g, fehérje: 12g, zsír: 13g</i>	<i>energia: 243 kcal</i> <i>só: 0,03g</i> <i>szénhidrát: 48g, fehérje: 12g, zsír: 13g</i>	<i>energia: 228kcal</i> <i>só: 0,01g</i> <i>szénhidrát: 38g, fehérje: 14g, zsír: 9g</i>	<i>energia: 228kcal</i> <i>só: 0,01g</i> <i>szénhidrát: 38g, fehérje: 14g, zsír: 9g</i>
FELNŐTT EBÉD	ZÖLDSÉGES KELBIMBÓLEVES (1.3.9.) SERTÉSFLEKKEN PETREZSELYMES BURGONYA KÁPOSZTASALÁTA	HÚSLEVES (1.3.9.) HÚSGOMBÓC (3.) FŐTT BURGONYA PARADICSOMMÁRTÁS (1.)	NYÍRSÉGI GOMBÓCLEVES CSIRKEHÚSSAL (1.3.7.) DARÁS METÉLT (1.3.), JAM	ZÖLDBORSÓLEVES CSIRKEPÖRKÖLT GALUSKA (1.3.) CSEMEGE UBORKA	PALÓCLEVES (1.7.) PIZZÁS CSIGA (1.3.7.)
	<i>energia: 365 kcal</i> <i>só: 0,05g</i> <i>szénhidrát: 57 g, fehérje: 27g, zsír: 15g</i>	<i>energia: 365 kcal</i> <i>só: 0,05g</i> <i>szénhidrát: 57 g, fehérje: 27g, zsír: 15g</i>	<i>energia: 365 kcal</i> <i>só: 0,05g</i> <i>szénhidrát: 57 g, fehérje: 27g, zsír: 15g</i>	<i>energia: 388 KCAL</i> <i>só: 0,8g</i> <i>szénhidrát: 61g, fehérje: 29g, zsír: 17g</i>	<i>energia: 388 KCAL</i> <i>só: 0,8g</i> <i>szénhidrát: 61g, fehérje: 29g, zsír: 17g</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
Típegő konyha

Tóth Tímea
Úrhajós konyha

Barkóczi Dóra
szaktanácsadó

Magyarné Vugrinecz Zsuzsanna
bölcsődevezető

Arany Bernadett
bölcsődevezető

Tóth Tímea
bölcsődevezető

Tóthné Gróf Andrea
bölcsődevezető