



ÉTLAP – BÖLCSŐDE – 9. HÉT – 2021. március 01-05.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	TEJ KAKAÓS KALÁCS	BARACKTEA EDAMI SAJT MARGARIN MAGVAS BARNÁ KENYÉR UBORKA	TEJESKÁVÉ MARGARIN JOGHURTOS RIEGEL KÁPIA PARIKA	TEJ SAJTKRÉM TELJES KIŐRLÉSŰ KENYÉR UBORKA	CITROMOS TEA FŐTT VIRSLI FÉLBARNA KENYÉR PAPRIKA
	<small>allergének: glutén, tej, szója, tojás, energia: 240 kcal cukor: 2,9g só: 0,0g szénhidrát: 33g, fehérje: 9,9g, zsír: 9g</small>	<small>allergének: glutén, tej, szója, olajos magvak energia: 2228 kcal cukor: 6,1g só: 1,20g szénhidrát: 26,4g, fehérje: 9,1g, zsír: 5,2g</small>	<small>allergének: glutén, tej, szója, energia: 230 kcal cukor: 6,0g só: 0,25g szénhidrát: 24,2g, fehérje: 7,7g, zsír: 6,8g</small>	<small>allergének: glutén, tej, szója energia: 253 kcal cukor: 0,3g só: 0,72g szénhidrát: 30,9g, fehérje: 9,8g, zsír: 8,6g</small>	<small>allergének: glutén, tej, szója energia: 174 kcal cukor: 6,2g só: 1,22g szénhidrát: 26,2g, fehérje: 6,0g, zsír: 4,4g</small>
TÍZÓRAI	NARANCSLÉ	GYÜMÖLCSTEA	ALMA-CÉKLASALÁTA	MULTILÉ	ALMALÉ
GYERMEK EBÉD	TOJÁSROPOGÓS FŐTT BURGONYA SPENÓTFŐZELÉK BANÁN	KÖRTELE BUDAPEST RAGU PÁROLT RIZS ALMA	PULYKARAGU ZÖLDBABFŐZELÉK	TEJFŐLÖS RÉPAFŐZELÉK BENN FŐTT HÚSSAL KAKAÓS CSIGA NARANCS	MARHAVAGDALT ÉDESBURGONYAPÜRÉ VEGYES KÁPOSZTASALÁTA ALMA
	<small>allergének: glutén, tej, tojás energia: 381 kcal cukor: 0,0g só: 0,0g szénhidrát: 63,8 g, fehérje: 10,5g, zsír: 8,5g</small>	<small>allergének: glutén, tej, energia: 278 kcal cukor: 20,4g só: 0,01g szénhidrát: 65,6g, fehérje: 4,4g, zsír: 1,3g</small>	<small>allergének: glutén, tej, energia: 421 kcal cukor: 0,0g só: 0,0g szénhidrát: 31,1g, fehérje: 21,3g, zsír: 22g</small>	<small>allergének: tej, glutén, tojás energia: 717 kcal cukor: 10,7g só: 0,01g szénhidrát: 127g, fehérje: 28g, zsír: 13g</small>	<small>allergének: glutén, tej, tojás energia: 388 kcal cukor: 10,4g só: 0,13g szénhidrát: 40,5g, fehérje: 13,5g, zsír: 17,5g</small>
CSECSEMŐ EBÉD	SPENÓTFŐZELÉK CSIRKEHÚSSAL BANÁN	ZÖLDBORSÓFŐZELÉKPÜRÉ CSIRKEHÚSSAL , ALMA	ZÖLDBABFŐZELÉKPÜRÉ PULYKAHÚSSAL, ALMA- KÖRTE	TÖKFOZELÉK SERTÉSHÚSSAL, NARANCS	ÉDESBURGONYAFŐZELÉK MARHAHÚSSAL ALMA
	<small>allergének: glutén, energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</small>	<small>allergének: glutén, energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</small>	<small>allergének: glutén, zeller energia: 267 kcal só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g</small>	<small>allergének: glutén, energia: 318 kcal só: 0,02g szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g</small>	<small>allergének: glutén, energia: 241 kcal só: 0,03g szénhidrát: 35g, fehérje: 22g, zsír: 8g</small>
UZSONNA	MEGGYTEA BORJÚPÁRIZSI MARGARIN TELJES KIŐRLÉSŰ KENYÉR PAPRIKA	TEJ VAJ KORPÁS KIFLI FEKETE RETEK	CITROMOS TEA KÖRÖZÖTT LILAHAGYMÁVAL KORPÁS ZSEMLE	ERDEI GYÜMÖLCSTEA GÉPSONKA MARGARIN ROZSKENYÉR SÁRGARÉPA KARIKA	HÁZI GYÜMÖLCSJOGHURT KORPÁS KIFLI
	<small>allergének: glutén, tej, szója energia: 212 kcal cukor: 6,2g só: 0,72g szénhidrát: 26,2g, fehérje: 5,7g, zsír: 4,6g</small>	<small>allergének: glutén, tej, szója energia: 403 kcal cukor: 1,2g só: 1,40g szénhidrát: 61,8g, fehérje: 16,3g, zsír: 9,1g</small>	<small>allergének: glutén, szója, tej energia: 146 kcal cukor: 6,3g só: 0,42g szénhidrát: 23,6g, fehérje: 6,5g, zsír: 2,1g</small>	<small>allergének: glutén, tej, szója energia: 198 kcal cukor: 5,9g só: 0,0g szénhidrát: 26,5g, fehérje: 7,8g, zsír: 2,5g</small>	<small>allergének: glutén, tej, szója energia: 294 kcal cukor: 1,2g só: 1,40g szénhidrát: 51,1 g, cukor: 10,1g, zsír: 2,7 g</small>
FELNŐTT EBÉD	DARAGALUSKA LEVES FŐTT TOJÁS FŐTT BURGONYA SPENÓTFŐZELÉK	KÖMÉNYLEVES BUDAPEST RAGU PÁROLT RIZS	ZÖLDSÉGES BROKKOLILEVES BOLOGNAI SPAGETTI	TEJFŐLÖS RÉPAFŐZELÉK BENN FŐTT HÚSSAL KAKAÓS CSIGA	KERTI LEVES MARHAVAGDALT ÉDESBURGONYAPÜRÉ VEGYES KÁPOSZTASALÁTA
	<small>allergének: glutén, tej, tojás, zeller energia: 455 kcal cukor: 0,0g só: 0,01g szénhidrát: 110g, fehérje: 19g, zsír: 12,6g</small>	<small>allergének: glutén, , , tojás, tej energia: 235 kcal cukor: 1,1g só: 0,15g szénhidrát: 15 g, fehérje: 21,1g, zsír: 10,5g</small>	<small>allergének: glutén, tej, , tojás, ziller energia: 1041 kcal cukor: 1,4g só: 0,62g szénhidrát: 97,9g, fehérje: 54,6g, zsír: 45,4g</small>	<small>allergének: glutén, tej, , tojás energia: 404 kcal cukor: 2,2g só: 0,30g szénhidrát: 41,8g, fehérje: 27,6g, zsír: 21g</small>	<small>allergének: glutén, , , tej, zeller, tojás energia: 708 kcal cukor: 0,0g só: 0,44g szénhidrát: 83,6g, fehérje: 32,5g, zsír: 30,5g</small>

Németh Nikolett
Tipegő konyha

Magyarné Vugrinecz Zsuzsanna
bölcsővezető

Tóth Tímea
Úrhajós konyha

Arany Bernadett
bölcsővezető

Tóth Tímea
bölcsővezető

Barkóczi Dóra
szaktanácsadó

Tóthné Gróf Andrea
bölcsővezető