



ÉTLAP – BÖLCSŐDE – 47. HÉT – 2023. november 20-november 24.



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	EPERTEA SAJTSZELET (7.) DELMA TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR (1.) UBORKA	MEGGYTEA TÖMLŐS SAJTKRÉM (7.) ROZSKENYÉR (1.7.) PRITAMIN	CITROMOS TEA ZALA FELVÁGOTT (6.) DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) PARADICSOM	TEJBEDARA (1.7.) KAKAÓSZÓRATTAL	TEJESKÁVÉ (7.) VAJ (7.) TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR (1.) UBORKA
	energia:290 kcal szénhidrát: 50g, fehérje: 12g, zsír:9g	energia:294 kcal szénhidrát: 37g, fehérje: 19g, zsír:11g	energia:290 kcal szénhidrát: 50g, fehérje: 12g, zsír:9g	energia:290 kcal szénhidrát: 50g, fehérje: 12g, zsír:9g	energia:294 kcal szénhidrát: 37g, fehérje: 19g, zsír:11g
TÍZÓRAI	SZŐLŐLÉ	ALMALÉ	GYÜMÖLCSTEA	GYÜMÖLCSSALÁTA	MULTILÉ
GYERMEK EBÉD	SERTÉSPÖRKÖLT ZÖLDBABFŐZELÉK (1.7.) KÖRTE	CSIRKEBEC SINÁLT LEVES (1.3.9) STÍRIAI METÉLT (1.3.7.) ALMA	HALROPOGÓS (1.3.4) VEGYESFŐZELÉK (1.7.) BANÁN	TARHONYÁS HÚS (1.3.) CÉKLASALÁTA KÖRTE	SERTÉSRAGU CUKKINIFŐZELÉK (1.7) ALMA
	energia: 388 kcal szénhidrát: 61g, fehérje: 29g, zsír: 17g	energia: 368 kcal szénhidrát: 77g, fehérje: 21g, zsír: 14g	energia: 463 kcal szénhidrát: 104g, fehérje: 44g, zsír: 13g	energia: 397 kcal szénhidrát: 61g, fehérje: 32 g, zsír: 15 g	energia: 368 kcal szénhidrát: 77g, fehérje: 21g, zsír: 14g
CSECSEMŐ EBÉD	ZÖLDBABFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, ALMA	KARALÁBÉFŐZELÉK CSIRKEHÚSSAL, ALMA	VEGYESFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL BANÁN	SÁRGARÉPAFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, KÖRTE	CUKKINIFŐZELÉK SERTÉSHÚSSAL, KÖRTE
	energia: 267 kcal szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g	energia: 318kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g	energia: 267 kcal szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g	só: 0,03g szénhidrát: 43g, fehérje: 24g, zsír: 9g	energia: 318kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 20g, zsír: 7g
UZSONNA	KEFIR (7.) TEJES KIFLI (1.7.)	TEJ (7.) TÖKMAGOS VAJ (7.8.) KORPÁS KIFLI (1.) UBORKA	GYÜMÖLCSTEA SAJTBORZAS (7.) TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR (1.) RETEK	MEGGYTEA RESZELT TOJÁS (3.) DELMA KORPÁS ZSEMLE (1.) PAPRIKA	ÁFONYATEA HÁZI MÁJKRÉM MAGOS BARNA KENYÉR (1.8.11.) PARADICSOM
	energia: 243 kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 12g, zsír: 13g	energia: 228kcal szénhidrát: 38g, fehérje: 14g, zsír: 9g	energia: 243 kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 12g, zsír: 13g	energia: 243 kcal szénhidrát: 48g, fehérje: 12g, zsír: 13g	energia: 228kcal szénhidrát: 38g, fehérje: 14g, zsír: 9g
FELNŐTT EBÉD	VAJASGALUSKA LEVES (1.3.9.) SERTÉSPÖRKÖLT ZÖLDBABFŐZELÉK (1.7.)	CSIRKEBEC SINÁLT LEVES (1.3.) STÍRIAI METÉLT (1.3.7.)	ZELLERKRÉMLEVES (1.7.9.) RÁNTOTT HALFILÉ (1.3.4.) RIZS PÁROLT ZÖLDSÉG	PARADICSOMLEVES (1.3.) TARHONYÁS HÚS (1.3.) CÉKLASALÁTA	KERTÉSZLEVES (1.3.9.) SERTÉSRAGU LENCSEFŐZELÉK (1.7.)
	energia: 365 kcal szénhidrát: 57 g, fehérje: 27g, zsír: 15g	energia: 388 Kcal szénhidrát: 61g, fehérje: 29g, zsír: 17g	energia: 365 kcal szénhidrát: 57 g, fehérje: 27g, zsír: 15g	energia: 365 kcal szénhidrát: 57 g, fehérje: 27g, zsír: 15g	energia: 388 Kcal szénhidrát: 61g, fehérje: 29g, zsír: 17g

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

Tóth Tímea
Úrhajós konyha
Arany Bernadett
bölcsődevezető

Tóth Tímea
bölcsődevezető

Barkóczi Dóra
szaktanácsadó
Tóthné Gróf Andrea
bölcsődevezető