



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



BÖLCSŐDE 44. hét 2023.10.30 - 2023.11.05-ig

CSECSEMŐ

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	A l m a	A l m a	-	Banán	A l m a
Tápanyagértékek	EN:18 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:18 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2 SZH:3,5 CK:0 SO:0	-	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:18 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0
Tízórai	A l m a	Banán	-	A l m a	Banán
Tápanyagértékek	EN:18 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0	-	EN:18 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0
Ebéd	Reszelt sajt Edami (1;7), Brokkolifőzelék püré (1;7), A l m a	Párolt darált csirkemell, Sárgarépa főzelékpüré (1;7), A l m a	-	Párolt darált pulyka combfilé, Paszternákfőzelék püré (1;7),	Párolt darált csirkemell, Cékla főzelék püré (7), A l m a
Tápanyagértékek	EN:473 ZS:17,6 TZS:7,6 FH:22,7, SZH:52,4 CK:8,9 SO:0,6	EN:425 ZS:16,9 TZS:6,0 FH:28,7, SZH:36,3 CK:6,2 SO:0,3	-	EN:448 ZS:10,5 TZS:2,9 FH:17,1, SZH:68,0 CK:19,6 SO:0,4	EN:476 ZS:16,1 TZS:6,5 FH:29,1, SZH:47,4 CK:19,5 SO:0,7
Uszonna	Gyümölcsstea, Zöldségpüré (7)	Citromos tea, Körte püré (7)	-	Citromos tea, Parajpüré (7)	Gyümölcsstea, Meggy püré (7)
Tápanyagértékek	EN:258 ZS:2,1 TZS:1,1 FH:11,2, SZH:44,8 CK:13,1 SO:0,2	EN:283 ZS:3,5 TZS:1,6 FH:3,3, SZH:57,0 CK:37,3 SO:0,1	-	EN:266 ZS:1,3 TZS:0,7 FH:4,2, SZH:56,3 CK:37,9 SO:0,1	EN:165 ZS:1,8 TZS:1,2 FH:4,1, SZH:30,9 CK:21,7 SO:0,1

45. hét 2023.11.06 - 2023.11.12-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	A l m a	A l m a	Banán	Banán	A l m a
Tápanyagértékek	EN:18 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:18 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:18 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0
Tízórai	A l m a	A l m a	Banán	Banán	A l m a
Tápanyagértékek	EN:18 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:18 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:18 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0
Ebéd	Párolt darált csirkecombfilé, Karfiol főzelékpüré (1;7), A l m a	Párolt darált pulykamellfilé, Paradicsomos burgonyafőzelék, püré (1), Banán	Párolt darált csirkemell, Vegyesfőzelékpüré (1;7), A l m a	Párolt darált csirkecombfilé, Sóskás burgonyapüré (1;7), A l m a	Tehéntúró (7), Zöldbabfőzelékpüré (1;7), Banán
Tápanyagértékek	EN:557 ZS:27,3 TZS:6,5 FH:35,8, SZH:37,4 CK:8,2 SO:0,4	EN:403 ZS:4,3 TZS:0,4 FH:17,1, SZH:69,2 CK:1,0 SO:0,1	EN:447 ZS:14,0 TZS:3,0 FH:29,1, SZH:47,4 CK:12,6 SO:0,4	EN:406 ZS:15,6 TZS:5,6 FH:26,2, SZH:34,6 CK:9,0 SO:0,4	EN:358 ZS:12,5 TZS:5,7 FH:14,4, SZH:48,2 CK:7,1 SO:0,1
Uszonna	Gyümölcsstea, Paszternák püré (7)	Citromos tea, Meggy püré (7)	Gyümölcsstea, Padlizsán püré (7)	Gyümölcsstea, Tökpüré (7)	Citromos tea, Brokkolipüré (7)
Tápanyagértékek	EN:170 ZS:1,0 TZS:0,6 FH:4,9, SZH:33,4 CK:17,9 SO:0,2	EN:317 ZS:2,0 TZS:1,2 FH:5,1, SZH:66,8 CK:52,1 SO:0,1	EN:205 ZS:3,9 TZS:1,6 FH:6,1, SZH:33,4 CK:7,7 SO:0,2	EN:221 ZS:1,8 TZS:1,0 FH:6,9, SZH:41,4 CK:7,7 SO:0,2	EN:321 ZS:5,4 TZS:2,6 FH:6,8, SZH:58,0 CK:36,9 SO:0,1

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



BÖLCSŐDE 46. hét 2023.11.13 - 2023.11.19-ig

CSECSEMŐ

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	A l m a	A l m a	Banán	Banán	A l m a
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0	EN:16 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0
Tízórai	A l m a	Banán	A l m a	Banán	Banán
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 SZH:3,5 CK:0 TZS:0 FH:0,2 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0
Ebéd	Párolt darált pulyka combfilé, Finomfőzelék püré (1;7), A l m a	Reszelt sajt Edami (1;7), Parajos burgonyapüré (7), A l m a	Párolt darált pulykamellfilé, Cékla-főzelék püré (7), Banán	Párolt darált csirkecombfilé, Sütőtök-főzelékpüré (1;7), A l m a	Párolt darált csirkemell, Paszternák-főzelék püré (1;7), Alma
Tápanyagértékek	EN:440 ZS:14,3 TZS:2,6 FH:17,1, SZH:57,6 CK:6,6 SO:0,3	EN:389 ZS:14,8 TZS:8,4 FH:15,0, SZH:45,4 CK:8,1 SO:0,5	EN:395 ZS:7,7 TZS:4,8 FH:17,6, SZH:58,4 CK:19,5 SO:0,6	EN:409 ZS:11,8 TZS:2,8 FH:25,3, SZH:46,4 CK:15,5 SO:0,3	EN:387 ZS:13,6 TZS:2,9 FH:27,2, SZH:36,2 CK:11,4 SO:0,3
Uszonna	Gyümölcstea, Ózibarackpüré (7)	Gyümölcstea, Cukkinipüré (7)	Citromos tea, Zelleres burgonyapüré (7;9)	Citromos tea, Meggyes almapüré	Gyümölcstea, Zöldborsópüré (7)
Tápanyagértékek	EN:279 ZS:2,7 TZS:1,6 FH:7,4, SZH:52,2 CK:26,4 SO:0,1	EN:276 ZS:3,9 TZS:2,0 FH:9,8, SZH:46,6 CK:10,2 SO:0,2	EN:295 ZS:5,9 TZS:3,0 FH:5,9, SZH:49,9 CK:39,9 SO:0,5	EN:256 ZS:0,5 TZS: FH:1,7, SZH:59,1 CK:49,8 SO:0,0	EN:255 ZS:2,2 TZS:1,2 FH:15,2, SZH:37,6 CK:7,7 SO:0,2

47. hét 2023.11.20 - 2023.11.26-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	A l m a	A l m a	Banán	A l m a	Banán
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0
Tízórai	A l m a	Banán	A l m a	Banán	A l m a
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2 SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2 SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2 SZH:3,5 CK:0 SO:0
Ebéd	Párolt darált csirkemell, Burgonyafőzelék püré (1;7), Alma	Párolt darált pulykamellfilé, Tökfőzelék püré (1;7), A l m a	Párolt darált pulyka combfilé, Zöldbabfőzelékpüré (1;7), Banán	Párolt darált pulykamellfilé, Burgonyás gyümölcs mártás (7), Alma	Reszelt sajt Edami (1;7), Brokkolifőzelék püré (1;7), Banán
Tápanyagértékek	EN:510 ZS:16,2 TZS:7,0 FH:31,4, SZH:53,3 CK:5,6 SO:0,3	EN:357 ZS:13,8 TZS:2,3 FH:14,6, SZH:41,4 CK:7,6 SO:0,2	EN:400 ZS:13,4 TZS:4,9 FH:17,1, SZH:48,1 CK:7,0 SO:0,2	EN:417 ZS:9,1 TZS:5,7 FH:16,2, SZH:62,0 CK:25,4 SO:0,1	EN:397 ZS:14,4 TZS:6,6 FH:18,2, SZH:46,2 CK:5,2 SO:0,5
Uszonna	Gyümölcstea, Sárgarépás almapüré (7)	Citromos tea, Vegyes zöldségpüré (7;10)	Gyümölcstea, Banán püré (7)	Gyümölcstea, Céklapüré (1;7)	Citromos tea, Almás sütőtök-püré
Tápanyagértékek	EN:185 ZS:1,4 TZS:0,4 FH:3,7, ZS:1,4 TZS:0,4 FH:3,7	EN:301 ZS:7,1 TZS:2,6 FH:5,3, SZH:52,4 CK:39,5 SO:0,1	EN:223 ZS:1,2 TZS:0,6 FH:3,6, SZH:46,9 CK:9,7 SO:0,0	EN:234 ZS:3,8 TZS:1,2 FH:6,7, SZH:42,8 CK:19,3 SO:0,3	EN:242 ZS:0,6 TZS: FH:1,7, SZH:55,3 CK:42,3 SO:0,0

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



BÖLCSŐDE 48. hét 2023.11.27 - 2023.12.03-ig

CSECSEMŐ

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	A l m a	A l m a	Banán	Banán	Banán
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8, SZH:14,5 CK:0 SO:0
Tízórai	A l m a	Banán	A l m a	Banán	Banán
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2, SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,2 SZH:3,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0	EN:63 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0 SO:0
Ebéd	Párolt darált csirkemell, Cékfőzelék püré (7), A l m a	Reszelt sajt Edami (1;7), Sütőtökfőzelékpüré (1;7), A l m a	Párolt darált csirkemell, Cukkinifőzelék püré (7), Banán	Párolt darált pulyka combfilé, Royalfőzelék püré (1;7;9), A l m a	Párolt darált pulykamellfilé, Zöldborsófőzelék püré (1;7), Banán
Tápanyagértékek	EN:471 ZS:14,8 TZS:6,1 FH:30,8 SZH:47,4 CK:19,5 SO:0,6	EN:358 ZS:11,7 TZS:6,3 FH:13,4 SZH:47,1 CK:15,5 SO:0,5	EN:593 ZS:20,5 TZS:6,6 FH:28,6 SZH:64,1 CK:7,0 SO:0,3	EN:313 ZS:9,1 TZS:1,3 FH:15,2 SZH:36,9 CK:4,7 SO:0,3	EN:509 ZS:10,2 TZS:3,7 FH:27,5 SZH:73,0 CK:12,5 SO:0,2
Úszonna	Gyümölcs tea, Tökpüré (7)	Citromos tea, Őszibarackpüré (7)	Citromos tea, Vegyes zöldségpüré (7;10)	Citromos tea, Meggyepüré (7)	Citromos tea, Almás burgonyapüré (7)
Tápanyagértékek	EN:221 ZS:1,8 TZS:1,0 FH:6,9 SZH:41,4 CK:7,7 SO:0,2	EN:393 ZS:2,7 TZS:1,6 FH:7,4 SZH:80,3 CK:54,5 SO:0,1	EN:301 ZS:7,1 TZS:2,6 FH:5,3 SZH:52,4 CK:39,5 SO:0	EN:317 ZS:2,0 TZS:1,2 FH:5,1 SZH:66,8 CK:52,1 SO:0,1	EN:410 ZS:2,9 TZS:1,1 FH:7,2 SZH:83,1 CK:35,8 SO:0,0

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűk.