



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



BÖLCSŐDE CSECSEMŐ 36. hét 2024.09.02-2024.09.06-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Alma	Alma	Banán	Banán	Alma
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0
Tízórai	Alma	Banán	Nektarin	Alma	Banán
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:24 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,2 SZH:5,7 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0
Ebéd	Párolt darált pulyka combfilé Tökfőzelék püré (1;7) Alma	Reszelt sajt (1;7) Paradicsomos burgonyafőzelék püré (1) Őszibarack	Párolt darált csirkecombfilé Sárgarépa-főzelék püré (1;7) Alma	Párolt darált pulyka combfilé Finomfőzelék püré (1;7) Őszibarack	Párolt darált csirkecombfilé Salátafőzelék püré (1;7) Körte
Tápanyagértékek	EN:365 ZS:10,9 TZS:2,1 FH:14,4 SZH:49,5 CK:4,6 SO:0,1	EN:383 ZS:13,6 TZS:5,9 FH:13,5 SZH:47,8 CK:9,5 SO:0,4	EN:446 ZS:19,1 TZS:7,0 FH:26,5 SZH:38,3 CK:9,2 SO:0,4	EN:349 ZS:8,8 TZS:2,0 FH:15,9 SZH:48,9 CK:11,0 SO:0,3	EN:504 ZS:15,5 TZS:6,1 FH:29,7 SZH:54,9 CK:7,3 SO:0,2
Uzsonna	Gyümölcs tea Brokkolipüré (7)	Gyümölcs tea Zellerpüré (1;7;9)	Gyümölcs tea Őszibarackpüré (7)	Citromos tea Cékla-püré (1;7)	Gyümölcs tea Gesztenyes meggy-püré (7)
Tápanyagértékek	EN:244 ZS:7,9 TZS:3,6 FH:9,5 SZH:31,2 CK:10,1 SO:0,2	EN:307 ZS:9,9 TZS:3,6 FH:8,2 SZH:40,5 CK:12,3 SO:0,5	EN:189 ZS:2,5 TZS:1,6 FH:5,3 SZH:33,9 CK:19,2 SO:0,1	EN:287 ZS:2,9 TZS:0,6 FH:4,7 SZH:60,4 CK:47,0 SO:0,3	EN:193 EN:244 ZS:2,0 TZS:1,2 FH:4,0 SZH:37,9 CK:29,4 SO:0,1

37. hét 2024.09.09-2024.09.13-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Alma	Banán	Alma	Körte	Őszibarack
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:26 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,2 SZH:6,0 CK:0,8 SO:0,0	EN:20 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,4 SZH:4,5 CK:4,5 SO: 0,0
Tízórai	Alma	Alma	Banán	Banán	Alma
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0
Ebéd	Párolt darált pulyka combfilé Sütőtökfőzelék-püré (1;7) Alma	Párolt darált csirkecombfilé Paszternák-főzelék püré (1;7) Őszibarack	Párolt darált csirkemell Parajos burgonyapüré (7) Körte	Reszelt sajt (1;7) Cékla-főzelék püré (1;7) Alma	Párolt darált pulyka combfilé Brokkolifőzelék püré (1;7) Banán
Tápanyagértékek	EN:366 ZS:7,6 TZS:2,3 FH:14,2 SZH:57,0 CK:20,2 SO:0,2	EN:481 ZS:16,8 TZS:3,0 FH:27,8 SZH:50,6 CK:21,8 SO:0,4	EN:439 ZS:17,0 TZS:6,4 FH:28,2 SZH:38,9 CK:7,8 SO:0,3	EN:400 ZS:15,9 TZS:9,6 FH:15,1 SZH:49,8 CK:20,2 SO:0,8	EN:419 ZS:14,6 TZS:3,2 FH:17,4 SZH:51,2 CK:5,3 SO:0,2
Uzsonna	Gyümölcs tea Sóska-püré (7)	Gyümölcs tea Cukkini-püré (7)	Gyümölcs tea Almás burgonyapüré (1;7)	Citromos tea Meggy-püré (7)	Gyümölcs tea kaporos zöldségpüré (7)
Tápanyagértékek	EN:240 ZS:2,8 TZS:1,4 FH:5,4 SZH:41,0 CK:13,4 SO:0,2	EN:215 ZS:2,7 TZS:1,2 FH:7,5 SZH:37,2 CK:8,2 SO:0,1	EN:226 ZS:4,3 TZS:1,6 FH:4,9 SZH:38,7 CK:7,7 SO:0,1	EN:263 ZS:1,0 TZS:0,6 FH:2,7 SZH:59,1 CK:57,2 SO:0,0	EN:247 EN:240 ZS:2,0 TZS:1,0 FH:9,6 SZH:43,6 CK:13,5 SO:0,2

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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



BÖLCSŐDE 38. hét 2024.09.16-2024.09.20-ig

CSECSEMŐ

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Alma	Banán	Alma	Őszibarack	Banán
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0
Tízórai	Alma	Alma	Őszibarack	Banán	Alma
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS: 0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:20 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,4 SZH:4,5 CK:4,5 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0
Ebéd	Párolt darált pulyka combfilé Cukkini-főzelék püré (7) Alma	Tehéntúró (7) Paszternák-főzelék püré (1;7) Alma	Párolt darált csirkecombfilé Sárgahüvelyű babfőzelék püré (1;7) Őszibarack	Párolt darált csirkemell Burgonyás gyümölcs mártás (1;7) Alma	Párolt darált pulyka combfilé Royalfőzelék püré (1;7;9) Nektarin
Tápanyagértékek	EN:348 ZS:15,2 TZS:5,2 FH:13,2 SZH:37,5 CK:5,5 SO:0,2	EN:358 ZS:10,5 TZS:2,5 FH:12,7 SZH:50,7 CK:18,4 SO:0,3	EN:404 ZS:15,8 TZS:4,7 FH:29,4 SZH:31,6 CK:12,6 SO:0,3	EN:437 ZS:11,2 TZS:3,8 FH:27,4 SZH:51,6 CK:22,6 SO:0,2	EN:322 ZS:8,9 TZS:1,3 FH:15,4 SZH:39,1 CK:4,7 SO:0,3
Uzsonna	Gyümölcstea Tökpüré (7)	Citromos tea Őszibarackpüré (7)	Gyümölcstea Édesburgonya püré (1;7)	Citromos tea Brokkolipüré (7)	Citromos tea Meggyepüré (7)
Tápanyagértékek	EN:220 ZS:1,8 TZS:1,0 FH:6,9 SZH:41,4 CK:7,7 SO:0,1	EN:303 ZS:2,5 TZS:1,6 FH:5,3 SZH:62,0 CK:47,3 SO:0,1	EN:267 ZS:5,2 TZS:2,5 FH:5,0 SZH:50,0 CK:13,0 SO:0,0	EN:359 ZS:7,9 TZS:3,6 FH:9,5 SZH:59,3 CK:38,2 SO:0,2	EN:263 EN:220 ZS:1,0 TZS:0,6 FH:2,7 SZH:59,1 CK:57,2 SO:0,0

39. hét 2024.09.23-2024.09.27-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Alma	Alma	Banán	Alma	Alma
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0
Tízórai	Alma	Banán	Alma	Alma	Banán
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0
Ebéd	Párolt darált csirkecombfilé Sárgarépafőzelék püré (1;7) Alma	Reszelt sajt (1;7) Karfiolfőzelék püré (1;7) Alma	Párolt darált csirkecombfilé Tökfőzelék püré (1;7) Nektarin	Párolt darált pulyka combfilé Burgonyafőzelék püré (1;7) Őszibarack	Párolt darált csirkecombfilé Salátafőzelék püré (1;7) Alma
Tápanyagértékek	EN:446 ZS:19,1 TZS:7,0 FH:26,5 SZH:38,3 CK:9,2 SO:0,4	EN:328 ZS:22,2 TZS:7,1 FH:13,6 SZH:16,3 CK:1,7 SO:0,4	EN:483 ZS:16,3 TZS:3,4 FH:27,9 SZH:51,7 CK:4,6 SO:0,3	EN:381 ZS:7,9 TZS:2,9 FH:13,6 SZH:50,2 CK:0,6 SO:0,1	EN:427 ZS:14,7 TZS:5,5 FH:27,1 SZH:41,5 CK:5,0 SO:0,2
Uzsonna	Citromos tea Almás Zellerpüré (1;7;9)	Gyümölcstea Cukkini-püré (7)	Gyümölcstea Almás céklapüré	Gyümölcstea Sütőtök püré (7)	Gyümölcstea Gesztenyes meggyepüré (7)
Tápanyagértékek	EN:267 ZS:7,3 TZS:2,4 FH:2,3 SZH:46,0 CK:35,0 SO:0,1	EN:215 ZS:2,7 TZS:1,2 FH:7,5 SZH:37,2 CK:8,2 SO:0,1	EN:201 ZS:0,5 TZS: FH:4,1 SZH:43,1 CK:12,2 SO:0,2	EN:256 ZS:2,2 TZS:0,6 FH:5,5 SZH:50,7 CK:24,7 SO:0,1	EN:270 ZS:1,4 TZS:0,8 FH:2,9 SZH:59,3 CK:50,8 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. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



BÖLCSŐDE 40. hét 2024.09.30-2024.10.04-ig

CSECSEMŐ

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Alma	Alma	Banán	Alma	Alma
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:63 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,8 SZH:14,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0
Tízórai	Alma	Alma	Körte	Őszibarack	Alma
Tápanyagértékek	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0	EN:26 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,2 SZH:6,0 CK:0,8 SO:0,0	EN:20 ZS:0,0 TZS: 0,0 FH:0,4 SZH:4,5 CK:4,5 SO:0,0	EN:16 ZS:0,2 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:3,5 CK:0,0 SO:0,0
Ebéd	Párolt darált csirkecombfilé Kapros burgonyapüré (6;7) Alma	Párolt darált pulyka combfilé Paszternákfőzelék püré (1;7) Banán	Párolt darált csirkecombfilé Cékla-főzelék püré (1;7) Alma	Párolt darált pulyka combfilé Sütőtökfőzelékpüré (1;7) Banán	Párolt darált csirkemell Zöldborsófőzelék püré (1;7) Őszibarack
Tápanyagértékek	EN:409 ZS:17,4 TZS:6,6 FH:25,0 SZH:33,6 CK:2,6 SO:0,3	EN:414 ZS:11,1 TZS:1,7 FH:14,9 SZH:60,6 CK:17,3 SO:0,3	EN:452 ZS:15,9 TZS:6,0 FH:27,0 SZH:49,1 CK:20,2 SO:0,6	EN:414 ZS:7,4 TZS:2,3 FH:15,0 SZH:68,0 CK:20,2 SO:0,2	EN:437 ZS:13,3 TZS:2,3 FH:33,9 SZH:41,5 CK:10,5 SO:0,1
Uzsonna	Gyümölcs-tea Őszibarackpüré (7)	Gyümölcs-tea Padlizsán püré (7)	Citromos tea Vegyes zöldségpüré (7;10)	Gyümölcs-tea Parajpüré (7)	Citromos tea Meggy-püré (7)
Tápanyagértékek	EN:209 ZS:2,6 TZS:1,6 FH:5,7 SZH:38,4 CK:23,7 SO:0,1	EN:187 ZS:2,9 TZS:1,3 FH:6,2 SZH:31,7 CK:7,7 SO:0,1	EN:230 ZS:3,7 TZS:1,4 FH:3,5 SZH:44,0 CK:36,6 SO:0,1	EN:181 ZS:2,2 TZS:1,2 FH:5,6 SZH:32,3 CK:13,9 SO:0,1	EN:263 EN:209 ZS:1,0 TZS:0,6 FH:2,7 SZH:59,1 CK:57,2 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. Puhatestűek.					