



Heti étlap 2025.06.23. - 2025.06.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00012) Bölcsöde	Citromos tea , Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Kakaó, Vajkrém, Falusi kenyér	Gyümölcs tea, Magyaros szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Tejeskávé , Margarin, Korpás Kifli, Kígyóuborka	Citromos tea , Pritaminos szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 159,86 Kcal / 668,21 KJ	Energia: 180,68 Kcal / 755,24 KJ	Energia: 206,81 Kcal / 864,47 KJ	Energia: 258,73 Kcal / 1 081,49 KJ	Energia: 151,40 Kcal / 632,85 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,06 g 2,78 g 0,98 g	7,38 g 11,33 g 4,49 g	4,44 g 8,63 g 3,95 g	11,92 g 4,35 g 0,45 g	6,62 g 2,02 g 0,85 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00012) Bölcsöde	Alma	Banán	Körte	Alma	Ivólé 0,2
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 62,98 Kcal / 263,26 KJ	Energia: 95,39 Kcal / 398,73 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 0,82 Kcal / 3,43 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,32 g 0,32 g 0,00 g	0,78 g 0,06 g 0,00 g	0,72 g 0,54 g 0,00 g	0,32 g 0,32 g 0,00 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00012) Bölcsöde	Zöldbabfőzelék , Csirkefalatok , Gyümölcs	Karalábéleves , Rakott burgonya	Paradicsomos káposzta, Fasírt golyók, Gyümölcs	Tojásleves , Sajtkrémmel töltött halpárna 1, Petrezselymes burgonya , Savanyúság	Zöldségkrémleves , Tejszínes csirke, Párolt bulgur
		Energia: 223,21 Kcal / 933,02 KJ	Energia: 440,65 Kcal / 1 841,92 KJ	Energia: 383,21 Kcal / 1 601,82 KJ	Energia: 395,79 Kcal / 1 654,40 KJ	Energia: 431,43 Kcal / 1 803,38 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15,75 g 9,89 g 1,96 g	15,31 g 20,16 g 6,70 g	14,18 g 18,36 g 4,62 g	17,55 g 24,05 g 0,78 g	21,86 g 17,04 g 4,18 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2025.06.23. - 2025.06.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00012) Bölcsöde					
Uzsonna	(00012) Bölcsöde	Gyümölcs joghurt, Kifli, Gyümölcs tea	Csicseriborsó krém, Falusi kenyér , Paprika, Gyümölcs tea	Gyümölcs tea, Sárgabarck jam, Margarin, Félbarna kenyér	Túrós batyu , Gyümölcs tea	Csirkemell sonka , Margarin, Teljes kiörlésű kenyér, Paradicsom, Gyümölcs tea
		Energia: 224,55 Kcal / 938,62 KJ	Energia: 66,77 Kcal / 279,10 KJ	Energia: 190,36 Kcal / 795,70 KJ	Energia: 345,87 Kcal / 1 445,74 KJ	Energia: 200,34 Kcal / 837,42 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6,88 g3,22 g3,13 g	2,04 g1,84 g0,42 g	4,04 g0,49 g0,02 g	14,80 g5,40 g2,17 g	8,44 g0,99 g0,22 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		41,44 g17,99 g0,49 g	10,34 g5,00 g0,02 g	42,07 g20,19 g0,70 g	58,92 g22,48 g0,55 g	38,55 g14,99 g0,83 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!