

Tojásmentes Bölcsöde

Étlap

2026. április 13 - 2026. április 19

Étkezés	2026.04.13 Hétfő	2026.04.14 Kedd	2026.04.15 Szerda	2026.04.16 Csütörtök	2026.04.17 Péntek	2026.04.18 Szombat	2026.04.19 Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé / bölcsöde/ [7], Korpás kifli [1,7], Sajt, medve(140g/db) [7], Kaliforniai Paprika E: 272,09kcal Zsír: 13,12g Feh.: 13,22g CH: 25,62g Só: 0,76g	KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) [1], Tej, UHT (2,8 %) [7], Liga margarin 20% Zsírtartalmú, MÉZ E: 241,02kcal Zsír: 8,68g Feh.: 9,37g CH: 32,05g Só: 0,87g	KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) [1], Liga margarin 20% Zsírtartalmú, Gyümölcslé 100%-os /0,2 dl /, carpathia eper extradzsem E: 206,36kcal Zsír: 3,29g Feh.: 3,57g CH: 38,48g Só: 0,65g	Tej, UHT (2,8 %) [7], vaj [7], KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) [1], paradicsom E: 249,14kcal Zsír: 12,25g Feh.: 9,92g CH: 25,10g Só: 0,80g	Ligamargarin darált napraforgómaggal, Tej, UHT (2,8 %) [7], Ovis kifli 30 g [1,7] E: 216,96kcal Zsír: 12,83g Feh.: 9,90g CH: 15,79g Só: 0,43g		
Tízórai	Kecs, györi édes [1,3,7], Zott Szivecske joghurt / gyümölcsös/ E: 261,79kcal Zsír: 3,92g Feh.: 7,47g CH: 46,99g Só: 0,45g	Szőlő, Túró rudi 30 GR [7] E: 186,94kcal Zsír: 5,76g Feh.: 4,95g CH: 27,40g Só: 0,03g	Zott Jogobella Joghurt Itál [7] E: 200,00kcal Zsír: 2,50g Feh.: 6,00g CH: 35,00g Só: 0,38g	KÖRTE E: 31,26kcal Zsír: 0,18g Feh.: 0,24g CH: 7,20g Só: 0,00g	100 %-os gyümölcslé E: 82,22kcal Zsír: 0,20g Feh.: 1,00g CH: 17,40g Só: 0,04g		
Ebéd	Alma, Tökfőzelék [1,7], Kenyér (félbarna) [1] E: 224,98kcal Zsír: 3,67g Feh.: 6,25g CH: 39,36g Só: 0,47g	Rakott karfiol bulgurral [7,9] E: 331,18kcal Zsír: 17,31g Feh.: 16,88g CH: 27,43g Só: 0,22g	Natúr sertésszelet [1], Sárgaborsó főzelék [1], Kenyér (félbarna) [1] E: 408,95kcal Zsír: 9,09g Feh.: 28,13g CH: 50,75g Só: 0,54g	Sertéssült (comb) [9], Almamártás [1,7] E: 369,20kcal Zsír: 22,54g Feh.: 14,92g CH: 25,61g Só: 0,28g	Tavaszelevés [1,9], Burgonyafőzelék, majorannával [1,7], teljesörlésű kenyér [1] E: 360,39kcal Zsír: 10,71g Feh.: 9,06g CH: 51,85g Só: 0,78g		

A változás jogát fenntartjuk!

Tojásmentes Bölcsöde

Étlap

2026. április 13 - 2026. április 19

Uzsonna	Zala felvágott [6], Liga margarin 20% Zsírtartalmú, Paradicsom, teljesörlésű kenyér [1]	Májpástétom [10], Graham zsemle 50g [1], kaliforniai paprika	Alma, Snidlinges sajtkrém [7], teljesörlésű kenyér [1]	Túrós táska (50 G) [1,7]	Liga margarin 20% Zsírtartalmú, Graham kenyér, Retek hónapos		
	E: 151,94kcal Feh.: 5,33g Só: 0,98g Zsír: 4,75g CH: 20,31g	E: 113,63kcal Feh.: 5,87g Só: 0,53g Zsír: 2,18g CH: 16,70g	E: 115,80kcal Feh.: 3,20g Só: 0,48g Zsír: 1,51g CH: 20,90g	E: 211,76kcal Feh.: 8,50g Só: 0,75g Zsír: 4,05g CH: 33,50g	E: 99,31kcal Feh.: 2,96g Só: 0,53g Zsír: 2,54g CH: 14,92g		
Energia:	910,80kcal	872,77kcal	931,11kcal	861,37kcal	758,88kcal	kcal	kcal
Zsír:	25,46g	33,92g	16,39g	39,02g	26,28g	g	g
Fehérje:	32,28g	37,07g	40,91g	33,58g	22,92g	g	g
Szénhidrát:	132,28g	103,58g	145,13g	91,41g	99,96g	g	g
Só:	2,65g	1,65g	2,04g	1,83g	1,78g	g	g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!