

Étlap

2025. június 2 - 2025. június 6

Menük	Étkezés	2025.06.02 Hétfő	2025.06.03 Kedd	2025.06.04 Szerda	2025.06.05 Csütörtök	2025.06.06 Péntek
bölcsőde bölcsőde	Reggeli	Kuglóf ^{1,3,7} , Kakaó ⁷ E: 282kcal Tel.zsír.: 3g CH: 43g Só: 0,3g Zsír: 7g Feh.: 10g Cuk.: 23g Ca: 173mg	Sajtos kifli ^{1,3} , Póréhagymás vajkrém ⁷ , Gyümölcs tea E: 114kcal Tel.zsír.: 3g CH: 12g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 3g Cuk.: 0g Ca: 34mg	Tej ⁷ , Kenyér félbarna ^{1,3,7} , Méz E: 217kcal Tel.zsír.: 2g CH: 36g Só: 1,0g Zsír: 3g Feh.: 11g Cuk.: 15g Ca: 238mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával, Tea citromlével, Kenyér félbarna ^{1,3,7} E: 239kcal Tel.zsír.: 1g CH: 33g Só: 1,3g Zsír: 7g Feh.: 8g Cuk.: 12g Ca: 31mg	Teljeskiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Paradicsom, Tej ⁷ , Trappista sajt ⁷ E: 288kcal Tel.zsír.: 6g CH: 31g Só: 1,1g Zsír: 10g Feh.: 17g Cuk.: 12g Ca: 419mg
	Tízórai	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 6g Ca: 9mg	csokoládés puding ⁷ E: 156kcal Tel.zsír.: 1g CH: 31g Só: 0,1g Zsír: 2g Feh.: 4g Cuk.: 25g Ca: 114mg	almalé rostos 40%- os E: 62kcal Tel.zsír.: g CH: 15g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 15g Ca: 4mg	Tejszelet E: 66kcal Tel.zsír.: 2g CH: 6g Só: 0,1g Zsír: 4g Feh.: 2g Cuk.: 6g Ca: 39mg	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 6g Ca: 9mg
	Ebéd	Köményleves ¹ , Temesvári sertéstokány ^{1,7} , Tarhonya köret ¹ E: 334kcal Tel.zsír.: 2g CH: 26g Só: 1,3g Zsír: 19g Feh.: 12g Cuk.: 2g Ca: 42mg	Grízgaluska leves ^{1,3} , Csirke nuggets rántva ^{1,3} , Zöldborsó főzelék ^{1,7} , kenyér ^{1,3,7} E: 470kcal Tel.zsír.: 3g CH: 53g Só: 2,4g Zsír: 19g Feh.: 20g Cuk.: 3g Ca: 88mg	Karalábéleves (magyaros), tésztával ¹ , Csirkemell vadászmártással ^{1,7,9,10} , makaróni tészta ¹ E: 353kcal Tel.zsír.: 2g CH: 46g Só: 1,3g Zsír: 10g Feh.: 18g Cuk.: 6g Ca: 74mg	Meggyleves ^{1,7} , Sertés flekken ^{1,3,7,9} , Tört burgonya, csalamádé E: 331kcal Tel.zsír.: 2g CH: 41g Só: 2,0g Zsír: 12g Feh.: 14g Cuk.: 14g Ca: 58mg	Székelykáposzta ^{1,7} , Rostos gyümölcsle, Kenyér félbarna ^{1,3,7} E: 324kcal Tel.zsír.: 1g CH: 38g Só: 2,0g Zsír: 10g Feh.: 18g Cuk.: 5g Ca: 76mg
	Uzsonna	almalé 12%-os, babapiskóta ^{1,3} E: 185kcal Tel.zsír.: 0g CH: 42g Só: 0,0g Zsír: 1g Feh.: 2g Cuk.: 35g Ca: 6mg	Vaníliás croissant ^{1,3,7} E: 41kcal Tel.zsír.: g CH: 8g Só: g Zsír: 1g Feh.: 1g Cuk.: g Ca: mg	Sonkakrém ⁷ , Kenyér félbarna ^{1,3,7} , Zöldáru uborka E: 148kcal Tel.zsír.: 1g CH: 22g Só: 1,3g Zsír: 3g Feh.: 7g Cuk.: 0g Ca: 27mg	Gyümölcs joghurt ⁷ , Kifli ^{1,3} E: 154kcal Tel.zsír.: 1g CH: 27g Só: 0,8g Zsír: 3g Feh.: 6g Cuk.: 9g Ca: 85mg	belvita jóreggelt erdei gyümölcsös ^{1,3,7} E: 225kcal Tel.zsír.: 1g CH: 34g Só: g Zsír: 8g Feh.: 4g Cuk.: g Ca: mg

A változás jogát fenntartjuk!

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona

2. Rákfélék és azoból készült termékek

3. Tojás és aból készült termékek

4. Halak és azoból készült termékek

5. Földimogyoró és aból készült termékek

6. Szójabab és aból készült termékek

7. Tej és aból készült termékek
8. Diófélék

9. Zeller és aból készült termékek

10. Mustár és aból készült termékek

11. Szezámag és aból készült termékek

12. Kén-dioxid

13. Puhatestűek

14. Csillagfűrt