

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2023.12.04.	Kedd 2023.12.05.	Szerda 2023.12.06.	Csütörtök 2023.12.07.	Péntek 2023.12.08.
Reggeli	-Csokoládés tej (L) -Császárszemle (G, S) S:1,1, E:228,0, ZS:6,9, T:3,1, F:7,4, CH:34,5, C:8,7, Ca:144,0	-Kakaó (L) -Foszlós kalács (G, L, T, O) S:0,6, E:223,0, ZS:5,7, T:3,2, F:8,0, CH:34,4, C:8,8, Ca:144,0	-Ívójoghurt (L) -Kakaós fatörzs (G, L, T, O) S:0,6, E:166,0, ZS:3,1, T:1,3, F:5,5, CH:28,3, C:3,6, Ca:0,0	-Tea -Natúr vajkrém (L) -Búzakenyér (G) -Zöldpaprika S:0,8, E:171,0, ZS:2,4, T:1,3, F:4,2, CH:32,4, C:6,1, Ca:21,9	-Tea -Kenőmájás -Félbarna kenyér (G) -Paradicsom S:0,8, E:166,0, ZS:1,0, T:0,2, F:5,8, CH:32,3, C:5,8, Ca:12,8
Tízórai	-Kivi S:0,0, E:73,0, ZS:0,8, T:0,0, F:1,4, CH:15,8, C:0,0, Ca:53,2	-Alma S:0,0, E:28,0, ZS:0,3, T:0,0, F:0,3, CH:5,6, C:0,0, Ca:8,4	-Körte S:0,0, E:73,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,6, CH:16,8, C:0,0, Ca:22,4	-Narancs S:0,1, E:57,0, ZS:0,3, T:0,0, F:0,8, CH:11,9, C:0,0, Ca:61,6	-Cékla-almalé S:0,0, E:79,0, ZS:0,2, T:0,0, F:0,6, CH:19,9, C:11,4, Ca:0,0
Ebéd	-Rántott csirkemell filé (G, T) -Zöldborsófőzelék (G, L) S:2,4, E:307,0, ZS:7,5, T:1,7, F:24,5, CH:32,7, C:6,3, Ca:87,7	-Gyümölcsleves (G, L, T) -Paprikás burgonya sertéshússal -Vegyes savanyúság S:2,0, E:363,0, ZS:7,6, T:0,3, F:15,7, CH:57,8, C:10,2, Ca:42,3	-Húsleves (G, T) -Sajtos tészta (G, T, L) -Csokoládé mikulás (G, L) -Mandarin S:1,9, E:428,0, ZS:13,4, T:6,3, F:18,2, CH:59,3, C:1,3, Ca:53,0	-Lecsős csirkemáj -Főtt burgonya S:1,1, E:246,0, ZS:5,6, T:1,2, F:12,9, CH:31,5, C:2,2, Ca:44,4	-Gulyásleves (G, T) -Rizsfelfújt (L, T, G) -Alma S:1,8, E:418,0, ZS:8,7, T:3,2, F:14,3, CH:68,8, C:15,7, Ca:173,4
Uzsonna	-Tea -Teavaj (L) -Zöldséges felvágott (G, L) -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Retek S:1,6, E:275,0, ZS:11,4, T:5,7, F:8,3, CH:33,6, C:5,9, Ca:3,1	-Tea -Margarin (L) -Csirkemell sonka -Mórai paraszt kenyér (G) -Kápia paprika S:1,2, E:226,0, ZS:2,9, T:0,1, F:8,8, CH:40,9, C:5,2, Ca:11,6	-Gyümölcslé 2dl -Tojáskrém (T, L) -Félbarna kenyér (G) -Kígyóuborka -Keksz S:1,5, E:204,0, ZS:6,0, T:2,6, F:8,8, CH:28,3, C:2,4, Ca:34,1	-Gyümölcs joghurt (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G) S:11,7, E:1 614,0, ZS:15,0, T:3,9, F:63,8, CH:295,2, C:27,3, Ca:150,0	-Tej (L) -Sós pereg (G, L, T, O) S:0,6, E:207,0, ZS:5,9, T:3,3, F:8,1, CH:29,7, C:6,9, Ca:144,0
Összesen	S:5,2, E:883,0, ZS:26,7, T:10,5, F:41,6, CH:116,6, C:20,9, Ca:288,0	S:3,9, E:840,0, ZS:16,5, T:3,6, F:32,8, CH:138,7, C:24,1, Ca:206,3	S:4,0, E:872,0, ZS:22,9, T:10,3, F:33,1, CH:132,6, C:7,3, Ca:109,5	S:13,7, E:2 088,0, ZS:23,3, T:6,4, F:81,7, CH:371,0, C:35,6, Ca:277,9	S:3,3, E:869,0, ZS:15,9, T:6,8, F:28,8, CH:150,8, C:39,9, Ca:330,2

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

Az allergén összetevőkről bővebb tájékoztatás a 30/719-1708 telefonszámon az élemezésvezetőtől kérhető.

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia
R: rákfélék M: mustár
H: halak S: szezámag
O: szója K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek