

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
2025.04.28. Bölcsőde étkezés							
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02	
Fatörzskifli 100 gr. 1.7	147,51Kcal	5,2g	0,33g	24,8g	3,76g	3,12g/1,4g	 
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Tojásomlett 0.	161,03Kcal	0,7g	0,65g	4,46g	9,23g	11,79g/0,4	  
Zöldborsófőzelék 0. (1.7.)	170,99Kcal	0,02g	0,12g	25,17g	10,65g	3,02g/0,02	 
Tea 0.	23,4Kcal	5,21g	0,00g	5,23g	0,05g	0,06g/0g	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Házi húskrém 0.(10.)	35,1Kcal	0,03g	0,18g	0,68g	3,87g	1,8g/0,48g	
Kenyér teljes kiőrlésű 1.	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Zöldpaprika 0.(R.v.U.)	3,92Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Étkezés összesen:	855,23Kcal	33,58g	1,92g	103,79g	41,49g	29,15g/2,5	

2025.04.29. Bölcsőde étkezés

Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02	
Brassói aprópecsenye 0.	114,75Kcal	0g	1,01g	0,72g	10,59g	7,74g/0,4g	
Csemege uborka 350 gr.	12,24Kcal	1,6g	0,6g	1,84g	0,48g	0,04g/0g	
Felvágott csirkemell sonka	11,83Kcal	0g	0,48g	0,48g	2,31g	0,21g/0,07	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Kenyér Szabolcsi 1kg (1.)	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Margarin delma csészés	8,84Kcal	0g	0,04g	0,03g	0,03g	1g/0,3g	
Petrezselymes burgonya 0.	259,42Kcal	0g	1,03g	44,21g	6,02g	4,16g/0,4g	
Retek jégcsap 0.(R.v.U.)	2,92Kcal	0g	0g	0,44g	0,24g	0,02g/0g	
Multivitaminos gyümölcslé 100%	4,92Kcal	1g	0g	1,1g	0,04g	0,04g/0g	
Tejbedara kakaóval 0.(1.7.)	209,43Kcal	17,58g	0,13g	29,8g	7,92g	6,01g/0,18	 
Étkezés összesen:	853,98Kcal	35,75g	3,82g	116,96g	36,15g	23,95g/1,3	

2025.04.30. Bölcsőde étkezés

Banán	95,84Kcal	0g	0,06g	21g	1,3g	0,2g/0g	
Fokhagymás csirkecomb 0.	86,51Kcal	0g	0,1g	0,53g	10,52g	4,44g/0,2g	
Kelkáposztafőzelék 0. (1)	166,43Kcal	5,76g	0,58g	23,07g	7,56g	4,33g/0,42	
Kenyér teljes kiőrlésű 1.	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Paradicsom 0.(R.v.U.)	4,4Kcal	0g	0,00g	0,8g	0,2g	0,04g/0g	
Tejeskávé 0.(7.)	94,72Kcal	8,85g	0,00g	9,6g	4,35g	4,2g/0g	 
Vaj teavaj (7.)	72,39Kcal	0g	0g	0,05g	0,04g	8,2g/5,2g	
Limonádé 0.	21,95Kcal	5g	0g	5,22g	0,00g	0g/0g	
Kenyér burgonyás(1.12.)	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12	 
Margarin liga csészés	9,01Kcal	0g	0,04g	0g	0g	1g/0,3g	
Sajt trappista (7)	74,28Kcal	0g	0,00g	0,32g	5,54g	5,62g/0g	
Tea 0.	23,4Kcal	5,21g	0,00g	5,23g	0,05g	0,06g/0g	
Zöldpaprika 0.(R.v.U.)	3,92Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Étkezés összesen:	863,46Kcal	25,54g	1,9g	105.62g	38,04g	29.28g/6.4	

2025.05.05. Bölcsőde étkezés

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Halas buldur rizottó 0.(1,4,7,)	221,87Kcal	0,03g	0,55g	26,71g	16,59g	5,95g/0,45	  
Kenyér félbarna (1.)	100,1Kcal	0,4g	0,6g	19,2g	3,36g	0,52g/0g	
Lilahagyma 0.(R.v.U.)	8,03Kcal	0g	0g	1,66g	0,24g	0,02g/0g	
Margarin delma csészés	8,84Kcal	0g	0,04g	0,03g	0,03g	1g/0,3g	
Multivitaminos gyümölcsle 100%	4,92Kcal	1g	0g	1,1g	0,04g	0,04g/0g	
Felvágott fejedelem sonka	9,78Kcal	0,05g	0,24g	0,12g	1,7g	0,27g/0,06	
Karamellás tej 0.	127,15Kcal	13,2g	0g	13,2g	5,8g	5,6g/0g	
Kenyér burgonyás(1.12.)	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12	 
Margarin liga csészés	9,01Kcal	0g	0,04g	0g	0g	1g/0,3g	
Zöldpaprika 0.(R.v.U.)	3,92Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Étkezés összesen:	723,82Kcal	30,29g	1,95g	101,76g	36g	19,15g/1,2	

2025.05.06. Bölcsőde étkezés

Banán	95,84Kcal	0g	0,06g	21g	1,3g	0,2g/0g	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Főtt kemény tojás 0.(3.)	66,06Kcal	0g	0,14g	0,24g	5,4g	4,8g/0g	
Kenyér teljes kiörlésű 1.	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Margarin delma csészés	8,84Kcal	0g	0,04g	0,03g	0,03g	1g/0,3g	
Paradicsom 0.(R.v.U.)	4,4Kcal	0g	0,00g	0,8g	0,2g	0,04g/0g	
Pulykapörkölt 0.	93,8Kcal	0g	0,56g	1,03g	12,22g	4,2g/0,4g	
Vöröslencse főzelék 0. (1,7,10,)	98,07Kcal	1,04g	0,83g	10,71g	2,8g	6,34g/0,44	  
Limonádé 0.	21,95Kcal	5g	0g	5,22g	0,00g	0g/0g	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Kakakós gabonagolyó 1,6	80,31Kcal	6,66g	0,06g	16,8g	1,16g	0,7g/0,16g	 
Étkezés összesen:	740,87Kcal	26,82g	2,34g	87,63g	36,61g	26,44g/1,5	

2025.05.07. Bölcsőde étkezés

Barackos-mákos sütemény 0. * 1,3,7	303,46Kcal	16,91g	0,09g	34,46g	7,3g	14,94g/3,4	  
Felvágott zala (Kométa)	28,75Kcal	0,03g	0,25g	0,22g	1,95g	2,25g/0,81	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Gulyás leves nokedlivel 0.(1.3.9.)	210,3Kcal	3,08g	0,3g	21,37g	12,37g	7,64g/0,42	  
Kenyér Szabolcsi 1kg (1.)	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Kígyó uborka 0.(R.v.U.)	2,34Kcal	0g	0,00g	0,34g	0,2g	0,02g/0g	
Margarin liga kocka	27,04Kcal	0g	0,02g	0g	0g	3g/1,4g	
Tea 0.	23,4Kcal	5,21g	0,00g	5,23g	0,05g	0,06g/0g	
Brokkolikrém 0.	66,18Kcal	0,52g	0,22g	3,91g	0,73g	4,43g/0,03	 
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Kenyér félbarna (1.)	100,1Kcal	0,4g	0,6g	19,2g	3,36g	0,52g/0g	
Étkezés összesen:	1032,69Kc	40,31g	1,99g	118,94g	38,61g	41,67g/6,0	

2025.05.08. Bölcsőde étkezés

Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Kenyér Szabolcsi 1kg (1.)	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
2025.05.08. Bölcsőde étkezés							
Körte	42,45Kcal	6,24g	0,00g	9,6g	0,32g	0,24g/0g	
Mézes teavaj 0. (7)	74,46Kcal	4,05g	0g	4,09g	0,05g	6,56g/4,16	
Paradicsomos húsgombóc	303,22Kcal	5,01g	1,06g	39,89g	14,73g	8,81g/0,42	  
Alma ivólé 100%	31,79Kcal	10g	0g	11g	0,4g	0,4g/0g	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Házi májkrém 0.(10.)	37,66Kcal	0,03g	0,32g	1,05g	3,16g	2,21g/0,48	
Kenyér teljes kiőrlésű 1.	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Zöldpaprika 0.(R.v.U.)	3,92Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Étkezés összesen:	869,88Kcal	39,81g	2,54g	118,43g	36,35g	27,84g/5,3	
2025.05.09. Bölcsőde étkezés							
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02	
Kenyér burgonyás(1.12.)	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12	 
Kígyó uborka 0.(R.v.U.)	2,34Kcal	0g	0,00g	0,34g	0,2g	0,02g/0g	
Sajtkrém (7;)	36,14Kcal	0,96g	0,14g	1,14g	1,66g	2,8g/1,8g	
Sárgarépa főzelék 0.	115,81Kcal	0,02g	0,21g	19,8g	3,38g	2,46g/0,02	 
Tea 0.	23,4Kcal	5,21g	0,00g	5,23g	0,05g	0,06g/0g	
Vagdalt szelet 0.(1.3.)	116,67Kcal	0,09g	0,33g	8,75g	14,02g	2,74g/0,17	 
Ananász ivólé 100%	65,11Kcal	14,4g	0g	14,4g	0,48g	0,48g/0g	
Forralt tej 0.(7.)	83,17Kcal	6,9g	0g	6,9g	4,35g	4,2g/0g	
Kakaós rúd 100 gr.(1,3,7)	166,95Kcal	0,12g	0,41g	0,31g	3,8g	2,4g/0,75g	  
Étkezés összesen:	756,62Kcal	36,4g	1,58g	89,12g	31,59g	15,66g/2,8	

Összesítés:	Sorok száma: 88
--------------------	-----------------

Jó étvágyat kívánunk!