

2025. november 17. – november 21.

Étlap

47. hét

Étkezések	Hétfő 17.	Kedd 18.	Szerda 19.	Csütörtök 20.	Péntek 21.
Reggeli	Tej Édes puffancs	Citromos tea Lapka sajt Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tej Főtt tojás Liga margarin Szabolcsi kenyér Lilahagyma	Tej Füldői sonka Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Uborka	Tejeskávé Magyaros vajkrém Burgonyás kenyér Lilahagyma
Tízórai	Gyümölcs tea	Almalé 100%	Limonádé	Ananászlé 100%	Multivitaminos gyümölcsle 100%
Ebéd I.	Sertésvagdalt Zöldbabfőzelék Alma	Panírozott halszelet sütőben sütvé Zelleres burgonyahab Csemege uborka	Sült csirkecomb Vöröslencse főzelék Banán	Húsgombóclevés Meggyes-mákos sütemény	Pulykarizottó Őszibarack befőtt
Ebéd II. csecsemő	Párolt, darált sertéscomb Zöldbabfőzelék Burgonyapüré Reszelt alma	Párolt, darált halfilé Zellerfőzelék Burgonyapüré Banánpép	Sült, darált csirkecomb Sárgarépa főzelék Burgonyapüré Banánpép	Párolt darált sertéscomb Vegyes zöldségfőzelék Burgonyapüré Reszelt alma	Párolt darált pulykamell Brokkoli főzelék Burgonyapüré Őszibarackpüré
Uzsonna	Tej Sertés párizsi felvágott Teavaj Szabolcsi kenyér Paprika	Kakaó Liga margarin Császárszemle Retek	Tej Kakaós gabonapehely	Tej Zöldségkrém Burgonyás kenyér Paprika	Tea Baromfi májkrém Szabolcsi kenyér Paradicsom

Egy év alatti csecsemőknek, tízóraitra gyümölcspépet, reggelire és uzsonnára életkortól függően tejpépet vagy aprítást biztosítunk!

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

bölcsődevezető

élelmezésvezető

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
2025.11.17.							
Édes puffancs (100gr-os) *01,03,07	156,79Kcal	3,95g	0,37g	26,5g	4,25g	3,25g/1,5g	
Forralt tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Tea 0.	23,14Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,11g	0,07g/0g	
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02	
Vagdaltszelet sertéshúsból 0. *01,03	141,75Kcal	0,07g	0,65g	7,92g	11,18g	7g/0,26g	
Zöldbabfőzelék 0. *01,07	101,29Kcal	1,32g	0,54g	15,49g	3,37g	2,17g/0g	
Felv sertés párizsi (Kométa)	31,51Kcal	0g	0,23g	0,18g	1,65g	2,7g/1,02g	
Forralt tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Kenyér szabolcsi *01	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Paprika TV	4,02Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Vaj teavaj *07	71,2Kcal	0,03g	0,00g	0,05g	0,04g	8,2g/5,2g	
Étkezés összesen:	820,32Kcal	31,19g	2,31g	99,36g	32,55g	31,26g/8,0	
2025.11.18.							
Kenyér teljes kiőrlésű *01	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Margarin delma csészés	27,65Kcal	0g	0,04g	0,04g	0,04g	3,12g/0,8g	
Paradicsom	4,4Kcal	0g	0,00g	0,8g	0,2g	0,04g/0g	
Sajt lapka *07	54,21Kcal	0,8g	0,06g	0,8g	2,96g	4,4g/3g	
Tea 0.	23,14Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,11g	0,07g/0g	
Alma ivólé 100%	38,15Kcal	12g	0g	13,2g	0,48g	0,48g/0g	
Csemege uborka (0,38) *10	15,3Kcal	2g	0,75g	2,3g	0,6g	0,05g/0g	
Panírozott halszelet 0. *01,03,04	152,32Kcal	0,49g	0,51g	12,95g	8,47g	7,16g/0,62	
Zelleres burgonyahab 0. *07,09	226,12Kcal	1,66g	0,28g	36,13g	5,92g	4,6g/1,4g	
Császárszemle *01,07							

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
-----------	---------	-------	----	------------	---------	---------------	------------

2025.11.20.

Felv fürdői sonka	15,06Kcal	0g	0,36g	0,69g	1,95g	0,51g/0,2g	
Forralt tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Kenyér teljes kiőrlésű *01	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Margarin delma csészés	27,65Kcal	0g	0,04g	0,04g	0,04g	3,12g/0,8g	
Uborka	2,39Kcal	0g	0,00g	0,34g	0,2g	0,02g/0g	
Ananász ivólé 100%	65,11Kcal	14,4g	0g	14,4g	0g	0,48g/0g	
Húsgombóc leves 0. *01,03,09	135,67Kcal	3,11g	0,52g	8,76g	8,91g	7,12g/0,41	  
Meggyes-mákos sütemény 0. *1,3,7	293,51Kcal	19,18g	0,1g	35,04g	6,57g	14,37g/4,0	  
Forralt tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Kenyér burgonyás *01,12	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12	 
Paprika TV	4,02Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Zöldségkrém 0. *03,07,09,10	19,19Kcal	1,02g	0,18g	2,29g	0,77g	0,75g/0,45	 
Étkezés összesen:	917,37Kcal	50,4g	2,32g	113,32g	34,46g	34,83g/6,3	

2025.11.21.

Kenyér burgonyás *01,12	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12	 
Lilahagyma	6,02Kcal	0g	0g	1,24g	0,18g	0,01g/0g	
Tejeskávé 0. *07	122,46Kcal	11,15g	0,00g	11,9g	5,85g	5,6g/0,00g	 
Vajkrém *07	39,15Kcal	0g	0g	0,2g	0,25g	4g/0g	
Multivitaminos gyümölcsle (100%)	59,08Kcal	12g	0g	13,2g	0,48g	0,48g/0g	
Őszibarack befőtt (0,47)	21,61Kcal	5,3g	0,01g	5,82g	0,18g	0,01g/0,00	
Pulykarizottó 0.	302,8Kcal	0,47g	1,07g	32,73g	16,57g	11,26g/2,4	
Kenyér szabolcsi *01	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Májkrém baromfi 180gr (Globus) *01	26,14Kcal	0,06g	0,22g	0,45g	1,43g	2,08g/0,69	
Paradicsom	4,4Kcal	0g	0,00g	0,8g	0,2g	0,04g/0g	
Tea 0.	23,14Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,11g	0,07g/0g	
Étkezés összesen:	814,93Kcal	34,93g	2,31g	113,15g	32,65g	24,33g/3,2	

Összesítés:

Sorok száma: 58

Jó étvágyat kívánunk!