

2026. április 06. – április 10.

Étlap

15. hét

































Étkezések	Hétfő 06.	Kedd 07.	Szerda 08.	Csütörtök 09.	Péntek 10.
<b>Reggeli</b>		Tej Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma	Tej Zala felvágott Liga margarin Szabolcsi kenyér Uborka	Tej Mézes vajás Szabolcsi kenyér	Gyümölcsstea Sajtkrém Burgonyás kenyér Uborka
<b>Tízórai</b>		Limonádé	Gyümölcsstea	Alma ivólé 100%	Limonádé
<b>Ebéd I.</b>	<i>Kellemes húsvéti annepeket!</i> 	Pulykapörkölt Vöröslencse főzelék Alma	Gulyásleves Barackos-mákos sütemény	Húsgombóc paradicsommártásban Körte	Szárnyas vagdaltszelet Sárgarépa főzelék Alma
<b>Ebéd II. csecsemő</b>		Párolt darált pulykamell Zöldbabfőzelék Burgonyapüré Reszelt alma	Párolt darált sertéscomb Petrezselyem főzelék Burgonyapüré Reszelt körte	Párolt darált sertéscomb Paradicsommártás Burgonyapüré Reszelt körte	Párolt darált csirkehús Sárgarépa főzelék Burgonyapüré Reszelt alma
<b>Uzsonna</b>		Tej Kakaós gabonapehely	Tej Sajtos brokkolikrém Félbarna kenyér	Tej Házi májkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Tej Kakaós csiga

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

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

bölcsővezető

élelmezésvezető

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
<b>2026.04.07.</b>							
Kenyér teljes kiőrlésű *01	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Lilahagyma	6,02Kcal	0g	0g	1,24g	0,18g	0,01g/0g	
Margarin delma csészés	34,56Kcal	0g	0,05g	0,05g	0,05g	3,9g/1g	
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Limonádé 0.	22,78Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,04g	0,05g/0g	
Alma	52,1Kcal	10,39g	0g	13,8g	0,26g	0,17g/0,03	
Pulykapörkölt 0.	125,49Kcal	0g	1,07g	2,6g	13,36g	6,36g/0,5g	
Vöröslencse főzelék 0. *01,07,10	262,36Kcal	1,04g	0,83g	34,67g	14,6g	7,17g/0,45	  
Kakaós gabonapehely *01,06	80,31Kcal	6,66g	0,06g	16,8g	1,16g	0,7g/0,16g	 
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
<b>Étkezés összesen:</b>	<b>833,04Kcal</b>	<b>35,56g</b>	<b>2,65g</b>	<b>104,34g</b>	<b>41,98g</b>	<b>26,41g/2,3</b>	
<b>2026.04.08.</b>							
Felv zala (Kométa)	38,34Kcal	0,04g	0,31g	0,3g	2,6g	3g/1,08g	
Kenyér szabolcsi *01	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Margarin liga csészés 20% zsír	17,69Kcal	0g	0,08g	0g	0g	2g/0,6g	
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Uborka	2,39Kcal	0g	0,00g	0,34g	0,2g	0,02g/0g	
Tea 0.	23,14Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,11g	0,07g/0g	
Barackos-mákos sütemény 0. *1,3,7	283,1Kcal	17,31g	0,08g	33,08g	6,53g	14,29g/4,0	  
Gulyás leves nokedlivel 0. *01,03,09	198,82Kcal	3,06g	1,01g	20,92g	11,27g	7,26g/0,4g	  
Kenyér félbarna *01	100,1Kcal	0,4g	0,6g	19,2g	3,36g	0,52g/0g	
Sajtos brokkolikrém 0. *07	23,68Kcal	0,67g	0,17g	1,13g	0,88g	1,46g/0,91	
Tej pasztőrözött 2,8% *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
<b>Étkezés összesen:</b>	<b>936,2Kcal</b>	<b>38,99g</b>	<b>2,77g</b>	<b>112,54g</b>	<b>36,46g</b>	<b>36,3g/7,07</b>	
<b>2026.04.09.</b>							
Kenyér szabolcsi *01	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Mézes vaj 0. *07	73,5Kcal	4,07g	0g	4,09g	0,05g	6,56g/4,16	
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Alma ivólé 100%	38,15Kcal	12g	0g	13,2g	0,48g	0,48g/0g	
Körte	41,68Kcal	6,24g	0,00g	9,6g	0,32g	0,24g/0g	
Paradicsomos húsgombóc	284,54Kcal	7g	0,25g	33,94g	15,45g	9,15g/0,4g	  
Házi májkrém 0. *10	40,06Kcal	0,04g	0,14g	1,14g	3,17g	2,55g/0,5g	
Kenyér teljes kiőrlésű *01	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Paprika TV	4,02Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Tej pasztőrözött 2,8% *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
<b>Étkezés összesen:</b>	<b>836,15Kcal</b>	<b>42g</b>	<b>1,56g</b>	<b>112,94g</b>	<b>36,01g</b>	<b>27,47g/5,3</b>	
<b>2026.04.10.</b>							
Kenyér burgonyás *01,12	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12	 
Sajt krémsajt * 07	36,23Kcal	0,96g	0,14g	1,14g	1,66g	2,8g/1,8g	
Tea 0.	23,14Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,11g	0,07g/0g	

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
<b>2026.04.10.</b>							
Uborka	2,39Kcal	0g	0,00g	0,34g	0,2g	0,02g/0g	
Limonádé 0.	22,78Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,04g	0,05g/0g	
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02	
Sárgarépafozelék 0. *01,07	109,96Kcal	7,8g	0,68g	18,99g	3,26g	2,44g/0g	
Szármag vagdalt 0. *01,03	128,11Kcal	0,09g	0,57g	8,69g	11,26g	4,93g/0,17	
Kakaós csiga (100 gr) *01,07	256,93Kcal	5,2g	0g	30g	3,8g	12,2g/0g	
Tej pasztőrözött 2,8% *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
<b>Étkezés összesen:</b>	<b>798,65Kcal</b>	<b>39,12g</b>	<b>1,88g</b>	<b>107,8g</b>	<b>27,75g</b>	<b>26,65g/2,1</b>	

**Összesítés:**

Sorok száma: 41

Jó étvágyat kívánunk!