

Étlap (Bölcsöde és Mini bölcsöde 0-3)

2026.08.24 - 2026.08.30.

Hétfő 2026.08.24	Kedd 2026.08.25.	Szerda 2026.08.26.	Csütörtök 2026.08.27.	Péntek 2026.08.28.
Reggeli Tea Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Margarin Felvágott sajtos párizsi (06,07.) E: 801(Kj) 192(KCal) F: 7(g)Kol: 11(g)Sz: 23(g) Zsir: 7(g)Cuk: 10(g)Só: 0,28(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 0(mg)	Tej2,8 (07.) Kenyer (01,06.) Fott virsli (06.) E: 1 310(Kj) 313(KCal) F: 9(g)Kol: 29(g)Sz: 31(g) Zsir: 14(g)Cuk: 10(g)Só: 1,70(g) Tel.Zs: 4(g)Cz: 240(mg)	Tea Kenyer (01,06.) Margarin Csirkemell sonka E: 730(Kj) 175(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 4(g)Cuk: 8(g)Só: 0,99(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 0(mg)	Tej2,8 (07.) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Vajkrém snidlinges (07.) E: 1 004(Kj) 240(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 10(g)Cuk: 11(g)Só: 1,13(g) Tel.Zs: 6(g)Cz: 243(mg)	Tej2,8 (07.) Kenyer (01,06.) Margarin Felvágott zala (06.) E: 1 147(Kj) 274(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 12(g)Cuk: 9(g)Só: 1,27(g) Tel.Zs: 6(g)Cz: 240(mg)
Tízorai Alma E: 52(Kj) 12(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Gyümölcsle E: 188(Kj) 45(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 10(g) Zsir: 0(g)Cuk: 10(g)Só: 0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Narancs E: 8(Kj) 2(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Gyümölcsle E: 188(Kj) 45(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 10(g) Zsir: 0(g)Cuk: 10(g)Só: 0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Banán E: 309(Kj) 74(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 17(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 4(mg)
Ebéd Marhahúsleves (09,03,01.) Eszterházy pulykaragu (09,01,07.) Bulgur (01.) E: 1 644(Kj) 393(KCal) F: 19(g)Kol: 23(g)Sz: 49(g) Zsir: 12(g)Cuk: 1(g)Só: 0,56(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 20(mg)	Cukkini főzelék (09,01,07.) Stefánia szelet (01,06,03,09.) Burgonyapüré fél adag (07.) E: 1 581(Kj) 378(KCal) F: 13(g)Kol: 28(g)Sz: 30(g) Zsir: 21(g)Cuk: 2(g)Só: 1,02(g) Tel.Zs: 2(g)Cz: 20(mg)	Sárgaborsó főzelék (09,01.) Sertéspörkölt (09,01.) Burgonyapüré fél adag (07.) E: 1 723(Kj) 412(KCal) F: 18(g)Kol: 28(g)Sz: 40(g) Zsir: 18(g)Cuk: 1(g)Só: 1,41(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 0(mg)	Brassói aprópecsenye (09.) Burgonya köret Vegyesvágott savanyúság (10,12.) E: 1 131(Kj) 271(KCal) F: 10(g)Kol: 28(g)Sz: 25(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só: 1,14(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Zellerfőzelék (01,07,09.) Grillezett csirkecomb filé (09.) Burgonyapüré fél adag (07.) E: 1 284(Kj) 307(KCal) F: 19(g)Kol: 27(g)Sz: 26(g) Zsir: 13(g)Cuk: 2(g)Só: 0,73(g) Tel.Zs: 2(g)Cz: 20(mg)
Uzsonna Tej2,8 (07.) Kakaós kifli (01,03,07,06.) E: 1 014(Kj) 243(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 12(g)Cuk: 14(g)Só: 0,30(g) Tel.Zs: 4(g)Cz: 240(mg)	Teljes kiőrlésű kifli (01,06.) Körözött (07.) E: 391(Kj) 94(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 13(g) Zsir: 2(g)Cuk: 0(g)Só: 0,58(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 27(mg)	Tej2,8 (07.) Sajtos croissant (01,07,03.) E: 909(Kj) 218(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 8(g)Cuk: 12(g)Só: 0,49(g) Tel.Zs: 6(g)Cz: 240(mg)	Kifli (01,07.) Sonkás kocka sajt (07.) E: 468(Kj) 112(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 16(g) Zsir: 3(g)Cuk: 3(g)Só: 0,86(g) Tel.Zs: 2(g)Cz: 10(mg)	Kenyer (01,06.) Vajkrém magyaros (07.) Uborka E: 537(Kj) 128(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só: 1,35(g) Tel.Zs: 2(g)Cz: 3(mg)