Jakkel és Társa Kft
3564 Hernádnémeti
Rákóczi 140

Étlap (Bölcsöde és Mini bölcsöde 0-3)

2026.11.30 - 2026.12.06.

Az étlapváltozatás jogát fenntartjuk !
LafiSoft program LafiSoft@lafisoft.hu

	Hétfõ 2026.11.30	*Kedd* 2026.12.01.	*Szerda* 2026.12.02.	*Csütörtök* 2026.12.03.	*Péntek* 2026.12.04.
Reggeli	**Tea** **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Margarin** **Felvágott párizsi** (06,) E: 864(Kj) 207(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 8(g)Cuk: 10(g)Só:0,68(g) Tel.Zs: 3(g)Cx 0(mg)	**Tej2,8** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Körözött** (07,) E:1 028(Kj) 246(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 8(g)Cuk: 11(g)Só:0,59(g) Tel.Zs: 5(g)Cx 267(mg)	**Tea** **Kenyér** (01,06,) **Margarin** **Gépsonka** E: 762(Kj) 182(KCal) F: 7(g)Kol: 7(g)Sz: 30(g) Zsir: 4(g)Cuk: 8(g)Só:1,03(g) Tel.Zs: 1(g)Cx 0(mg)	**Tej2,8** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Kenomájas** (06,) E:1 086(Kj) 260(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 11(g)Cuk: 11(g)Só:0,67(g) Tel.Zs: 6(g)Cx 240(mg)	**Tea** **Kenyér** (01,06,) **Margarin** **Felvágott olasz** (06,) E: 878(Kj) 210(KCal) F: 6(g)Kol: 17(g)Sz: 30(g) Zsir: 8(g)Cuk: 8(g)Só:0,96(g) Tel.Zs: 1(g)Cx 0(mg)
Tízórai	**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)Cx 0(mg)	**Gyümölcslé** 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)Cx 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)Cx 0(mg)	**Gyümölcslé** 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)Cx 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)Cx 4(mg)
Ebéd	**Sajtos tejszínes pulyka** (07,09,) **Bulgur** (01,) E:1 529(Kj) 366(KCal) F: 19(g)Kol: 23(g)Sz: 43(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,35(g) Tel.Zs: 0(g)Cx 40(mg)	**Sárgaborsó fozelék** (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)Cx 0(mg)	**Tarhonyaleves** (09,01,03,) **Mediterrán csirkeragu** (09,) **Burgonya köret** **Vegyesvágott savanyúság** (10,12,) E:1 281(Kj) 307(KCal) F: 18(g)Kol: 23(g)Sz: 38(g) Zsir: 8(g)Cuk: 1(g)Só:1,98(g) Tel.Zs: 0(g)Cx 0(mg)	**Karfiolfozelék** (09,01,07,) **Csemege sertéssült** (09,) **Burgonyapüré fél adag** (07,) E:1 707(Kj) 408(KCal) F: 14(g)Kol: 33(g)Sz: 24(g) Zsir: 27(g)Cuk: 2(g)Só:1,44(g) Tel.Zs: 2(g)Cx 20(mg)	**Húsos tészta** (09,07,01,03,) E:1 561(Kj) 373(KCal) F: 16(g)Kol: 22(g)Sz: 40(g) Zsir: 16(g)Cuk: 2(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 1(g)Cx 66(mg)
Uzsonna	**Tej2,8** (07,) **Tatár szilvalekváros párna** (01,) E:1 139(Kj) 273(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 14(g)Cuk: 13(g)Só:0,50(g) Tel.Zs: 4(g)Cx 240(mg)	**Kifli** (01,07,) **Natur joghurt** (07,) E: 591(Kj) 142(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 19(g) Zsir: 2(g)Cuk: 5(g)Só:0,76(g) Tel.Zs: 0(g)Cx 180(mg)	**Tej2,8** (07,) **Zöldfüszeres-Sajtkrémes tekercs** (01,07,03,) E: 911(Kj) 218(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 19(g) Zsir: 11(g)Cuk: 11(g)Só:0,73(g) Tel.Zs: 7(g)Cx 240(mg)	**Kenyér** (01,06,) **Vajkrém** (07,) **Retek** E: 539(Kj) 129(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:1,35(g) Tel.Zs: 2(g)Cx 3(mg)	**Tej2,8** (07,) **Tatár hot-dog** (01,07,06,03,) E:1 235(Kj) 295(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 16(g)Cuk: 11(g)Só:0,91(g) Tel.Zs: 4(g)Cx 240(mg)

2026.12.04.

01=Gluténtartalmú gabonafélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Élelmezésvezetõ