

Heti étlap 2026.03.02. - 2026.03.06.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Bölcsőde reggeli	Tej[7], Kockasajt[7], Félbarna kenyér[1]			Tej[7], Padlizsánkrém[3,10,(12)], Félbarna kenyér[1]			Kakaó[7], Sárgabarack extra dzsem(12), Margarin, Félbarna kenyér[1]			Tej[7], Edami sajt[7], Margarin, Zsemle[1]			Tej[7], Lilahagymás túrókrém[7], Teljes kiőrlésű zsemle[1]		
	Energia: 209.13 Kcal / 874.16 KJ			Energia: 214.01 Kcal / 894.56 KJ			Energia: 325.82 Kcal / 1,361.93 KJ			Energia: 282.24 Kcal / 1,179.76 KJ			Energia: 183.77 Kcal / 768.16 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	12.19 g	4.64 g	2.47 g	9.54 g	5.91 g	1.79 g	9.85 g	9.83 g	3.39 g	12.61 g	14.81 g	6.62 g	11.21 g	4.62 g	2.47 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	29.03 g	2.28 g	0.89 g	30.41 g	1.24 g	1.14 g	48.75 g	21.97 g	0.80 g	23.83 g	0.07 g	1.00 g	23.76 g	0.34 g	0.77 g
Bölcsőde tízórai	Banán			Citromos tea			Alma			Körte			Banán		
	Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 81.08 Kcal / 338.91 KJ			Energia: 34.79 Kcal / 145.42 KJ			Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	0.40 g	0.40 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	36.30 g	0.00 g	0.08 g	20.00 g	19.99 g	0.00 g	7.00 g	5.95 g	0.01 g	18.00 g	15.30 g	0.01 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g
Bölcsőde ebéd	Párolt csirkecombfilé(10), Csőbensült burgonya [1,3,7], Alma			Sült virsli, Parajfőzelék[1,7], Alma			Gulyásleves[1,3], Meggyes pite [1,3]			Rakott sárgarépa[1,7], Alma			Paradicsomos húsgombóc[1,3], Sós burgonya, Alma		
	Energia: 430.33 Kcal / 1,798.78 KJ			Energia: 341.51 Kcal / 1,427.51 KJ			Energia: 381.33 Kcal / 1,593.96 KJ			Energia: 289.02 Kcal / 1,208.10 KJ			Energia: 344.81 Kcal / 1,441.31 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	27.55 g	15.12 g	5.03 g	15.21 g	20.25 g	6.41 g	13.34 g	13.99 g	3.55 g	9.40 g	13.47 g	4.48 g	12.17 g	5.57 g	1.26 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	44.65 g	5.95 g	0.83 g	23.85 g	5.95 g	1.17 g	49.28 g	16.53 g	0.83 g	31.47 g	5.95 g	0.91 g	60.42 g	21.93 g	0.99 g
Bölcsőde uzsonna	Soproni felvágott, Margarin, Félbarna kenyér[1], Zöldpaprika			Sárgarépás vajkrém[7], Zsemle[1]			Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kifli[1], Kígyóuborka			Habos puding[7]			Magyaros vajkrém[7], Félbarna kenyér[1]		
	Energia: 233.37 Kcal / 975.49 KJ			Energia: 107.50 Kcal / 449.35 KJ			Energia: 153.95 Kcal / 643.51 KJ			Energia: 162.99 Kcal / 681.30 KJ			Energia: 174.91 Kcal / 731.12 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	6.92 g	13.46 g	4.27 g	2.83 g	2.77 g	1.75 g	6.66 g	7.65 g	2.14 g	2.10 g	4.20 g	2.80 g	4.86 g	8.24 g	3.95 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.58 g	1.24 g	0.84 g	17.29 g	0.32 g	0.45 g	13.58 g	0.05 g	0.85 g	28.70 g	22.80 g	0.12 g	20.58 g	1.64 g	0.72 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.09. - 2026.03.13.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Bölcsőde reggeli															
	Tej[7], Sajtos rúd[1,7]			Tej[7], Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér[1], Kígyóborka			Tejeskávé[1,7], Margarin, Fonott kalács[1,3,7]			Tej[7], Brokkolikrém, Félbarna kenyér[1]			Tej[7], Házi húskrém[10,(12)], Kifli[1,7]		
	Energia: 228.06 Kcal / 953.29 KJ			Energia: 286.65 Kcal / 1,198.20 KJ			Energia: 333.56 Kcal / 1,394.28 KJ			Energia: 228.03 Kcal / 953.17 KJ			Energia: 167.21 Kcal / 698.94 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	9.45 g	10.65 g	5.92 g	12.36 g	13.49 g	4.66 g	8.64 g	12.77 g	4.96 g	9.80 g	8.14 g	2.82 g	8.22 g	10.43 g	3.78 g
Bölcsőde tízórai															
	Narancs			Gyümölcslé 100 %-os			Banán			Narancs			Banán		
	Energia: 62.12 Kcal / 259.66 KJ			Energia: 87.71 Kcal / 366.63 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 62.12 Kcal / 259.66 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.90 g	0.30 g	0.00 g	0.11 g	0.00 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.90 g	0.30 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g
Bölcsőde ebéd															
	Pritaminos csirkeragu[1], Párolt bulgur[1], Alma			Tökmagos sertésvagdalt[1,3], Finomfőzelék[1,7], Narancs			Halgaluska leves[1,3,4,9], Csőbensült zöldséges makaróni[1,3,7], Alma			Pirított szárnyasmáj , Burgonyapüré[7], Cékla saláta			Párolt sertéshús, Sajtos karfiol[1,3,7], Alma		
	Energia: 404.89 Kcal / 1,692.44 KJ			Energia: 371.20 Kcal / 1,551.62 KJ			Energia: 476.38 Kcal / 1,991.27 KJ			Energia: 353.44 Kcal / 1,477.38 KJ			Energia: 255.30 Kcal / 1,067.15 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	19.02 g	13.10 g	2.83 g	16.89 g	14.11 g	2.61 g	18.53 g	15.56 g	5.56 g	18.25 g	11.15 g	2.81 g	20.40 g	13.23 g	4.69 g
Bölcsőde uzsonna															
	Kockasajt[7], Félbarna kenyér[1], Zöldpaprika			Zöldfűszeres vajkrém[7], Zsemle[1]			Soproni felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Jégcsap retek			Trappista sajt[7], Margarin, Félbarna kenyér[1], Sárgarépa			Túrókrém gyümölcsös házi[7]		
	Energia: 140.25 Kcal / 586.25 KJ			Energia: 113.34 Kcal / 473.76 KJ			Energia: 205.93 Kcal / 860.79 KJ			Energia: 244.90 Kcal / 1,023.68 KJ			Energia: 170.41 Kcal / 712.31 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	7.33 g	2.45 g	1.25 g	2.50 g	4.24 g	2.05 g	5.63 g	13.43 g	4.29 g	9.72 g	12.90 g	5.56 g	9.34 g	7.05 g	3.75 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.16. - 2026.03.20.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Bölcsőde reggeli	Tej[7], Méz, Margarin, Félbarna kenyér[1]			Tej[7], Kockasajt[7], Zsemle[1], Kígyóborka			Karamellás tej[7], Margarin, Fonott kalács[1,3,7]			Tej[7], Lilahagymás túrókrém[7], Zsemle[1]			Tej[7], Edami sajt[7], Margarin, Teljes kiőrlésű kifli[1]		
	Energia: 268.01 Kcal / 1,120.28 KJ			Energia: 187.89 Kcal / 785.38 KJ			Energia: 321.94 Kcal / 1,345.71 KJ			Energia: 186.52 Kcal / 779.65 KJ			Energia: 268.94 Kcal / 1,124.17 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	9.08 g	9.49 g	3.20 g	10.72 g	4.66 g	2.51 g	8.60 g	12.77 g	4.96 g	10.81 g	4.61 g	2.50 g	12.36 g	14.92 g	6.63 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
Bölcsőde tízórai	Mandarin			Banán			Mandarin			Alma			Banán		
	Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ			Energia: 34.79 Kcal / 145.42 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	0.70 g	0.30 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.70 g	0.30 g	0.00 g	0.40 g	0.40 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
Bölcsőde ebéd	Sertésrizottó, Sajt szórát[7], Banán			Csirkehússal rakott brokkoli[1,3,7,(10)], Alma			Pulykaraguleves [1,3,9], Túrógombóc[1,7], Tejföl[7], Porcukor, Alma			Párolt csirkemell, Zöldbabfőzelék[7], Mandarin			Paradicsomos húsgombóc[1,3], Sós burgonya, Alma		
	Energia: 603.49 Kcal / 2,522.59 KJ			Energia: 329.22 Kcal / 1,376.14 KJ			Energia: 512.20 Kcal / 2,141.00 KJ			Energia: 264.20 Kcal / 1,104.36 KJ			Energia: 344.81 Kcal / 1,441.31 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	22.80 g	20.85 g	8.18 g	22.66 g	18.09 g	5.66 g	18.20 g	11.89 g	3.23 g	24.14 g	8.12 g	1.71 g	12.17 g	5.57 g	1.26 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
Bölcsőde uzsonna	Sertés párizsi, Margarin, Félbarna kenyér[1], Paradicsom			Tökmagvas vajkrém[7], Félbarna kenyér[1]			Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér[1], Sárgarépa			Sajtkrém[7], Félbarna kenyér[1]			Túró desszert[6,7,(5,8)], Mandarin		
	Energia: 209.51 Kcal / 875.75 KJ			Energia: 128.19 Kcal / 535.83 KJ			Energia: 219.54 Kcal / 917.68 KJ			Energia: 136.78 Kcal / 571.74 KJ			Energia: 129.19 Kcal / 540.01 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	6.52 g	10.92 g	3.37 g	4.37 g	3.04 g	1.90 g	7.30 g	11.26 g	3.45 g	4.47 g	4.09 g	2.37 g	2.95 g	4.70 g	0.00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.23. - 2026.03.27.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Bölcsőde reggeli															
	Tej[7], Kockasajt[7], Kifli[1,7]			Tej[7], Csirkemell sonka, Margarin, Félbarna kenyér[1]			Vaníliás tej[7], Margarin, Briós[1,3,7]			Tej[7], Retekkrém[7], Zsemle[1]			Tej[7], Soproni felvágott, Margarin, Félbarna kenyér[1], Kígyóborka		
	Energia: 181.00 Kcal / 756.58 Kj			Energia: 261.29 Kcal / 1,092.19 Kj			Energia: 377.02 Kcal / 1,575.94 Kj			Energia: 199.17 Kcal / 832.53 Kj			Energia: 304.60 Kcal / 1,273.23 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	10.25 g	5.24 g	2.84 g	13.48 g	9.77 g	3.31 g	9.43 g	14.16 g	5.52 g	10.74 g	5.94 g	3.44 g	11.98 g	15.67 g	5.49 g
Bölcsőde tízórai	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	22.55 g	1.74 g	0.62 g	29.27 g	1.24 g	1.26 g	51.89 g	20.53 g	0.70 g	24.98 g	0.07 g	0.77 g	28.27 g	1.24 g	1.65 g
	Körte			Mandarin			Körte			Alma			Körte		
	Energia: 79.49 Kcal / 332.27 Kj			Energia: 46.89 Kcal / 196.00 Kj			Energia: 79.49 Kcal / 332.27 Kj			Energia: 34.79 Kcal / 145.42 Kj			Energia: 79.49 Kcal / 332.27 Kj		
Bölcsőde ebéd	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.60 g	0.45 g	0.00 g	0.70 g	0.30 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g	0.40 g	0.40 g	0.00 g	0.60 g	0.45 g	0.00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	18.00 g	15.30 g	0.01 g	9.80 g	0.00 g	0.00 g	18.00 g	15.30 g	0.01 g	7.00 g	5.95 g	0.01 g	18.00 g	15.30 g	0.01 g
Bölcsőde uzsonna	Tehéntúró[7], Céklafőzelék almával[1,7], Mandarin			Pulyka aprópecsenye, Zellerfőzelék[1,7,9], Alma			Csirkeraguleves[1,3,9], Sajtos-tejfölös tészta[1,3,7], Alma			Zöldborsós sertésragu[1], Párolt bulgur[1], Mandarin			Párolt sertéshús, Besameles zöldségtál[1,7], Alma		
	Energia: 209.39 Kcal / 875.25 Kj			Energia: 222.67 Kcal / 930.76 Kj			Energia: 460.30 Kcal / 1,924.05 Kj			Energia: 408.75 Kcal / 1,708.58 Kj			Energia: 378.66 Kcal / 1,582.80 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	10.00 g	7.41 g	2.13 g	11.72 g	8.03 g	1.24 g	23.31 g	19.15 g	6.46 g	20.84 g	10.84 g	2.22 g	20.94 g	15.35 g	4.14 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
Bölcsőde ebéd	24.40 g	1.79 g	1.13 g	24.31 g	10.15 g	0.78 g	47.71 g	6.03 g	1.23 g	59.18 g	0.00 g	0.53 g	38.07 g	5.95 g	1.11 g
	Baromfikrém csirkemájjal, Félbarna kenyér[1], Kígyóborka			Pritaminos tonhalkrém [3,4,10,(12)], Zsemle[1]			Tojáskrém[3,10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paradicsom			Magyaros vajkrém[7], Félbarna kenyér[1]			Túrós batyu [1,3,7]		
	Energia: 101.30 Kcal / 423.43 Kj			Energia: 141.28 Kcal / 590.55 Kj			Energia: 125.36 Kcal / 524.00 Kj			Energia: 136.93 Kcal / 572.37 Kj			Energia: 142.82 Kcal / 596.99 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
Bölcsőde ebéd	4.12 g	0.26 g	0.08 g	5.32 g	5.39 g	0.75 g	4.89 g	4.38 g	0.88 g	4.39 g	4.24 g	2.01 g	3.80 g	6.40 g	3.25 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.22 g	1.24 g	0.51 g	16.91 g	0.07 g	0.95 g	16.29 g	0.34 g	0.64 g	20.23 g	1.44 g	0.61 g	17.20 g	0.00 g	0.20 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.30. - 2026.04.03.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Bölcsőde reggeli												
	Tej[7], Almás rétes[1]			Tej[7], Szendvicssonka, Margarin, Zsemle[1]			Kakaó[7], Sárgabarack extra dzsem(12), Margarin, Félbarna kenyér[1]			Tej[7], Házi húskrém[10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paradicsom		
	Energia: 199.24 Kcal / 832.82 KJ			Energia: 243.73 Kcal / 1,018.79 KJ			Energia: 325.82 Kcal / 1,361.93 KJ			Energia: 237.12 Kcal / 991.16 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	7.05 g	6.20 g	3.32 g	11.61 g	11.13 g	3.82 g	9.85 g	9.83 g	3.39 g	10.87 g	10.64 g	3.83 g
Bölcsőde tízórai												
	Alma			Banán			Narancs			Narancs		
	Energia: 34.79 Kcal / 145.42 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 62.12 Kcal / 259.66 KJ			Energia: 62.12 Kcal / 259.66 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	0.40 g	0.40 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	0.90 g	0.30 g	0.00 g	0.90 g	0.30 g	0.00 g
Bölcsőde ebéd												
	Párolt sertéshús, Parajfőzelék[1,7], Banán			Halrudacska [1,4,(2,3,6,7,9,10)], Rizi-bizi, Cékla saláta			Májgaluska leves[1,3,9], Piskóta kocka[1,3], Kakaós öntet[7], Alma, Csokoládé nyúl			Vagdalt[1,3], Burgonyapüré[7], Alma		
	Energia: 409.12 Kcal / 1,710.12 KJ			Energia: 348.60 Kcal / 1,457.15 KJ			Energia: 352.60 Kcal / 1,473.87 KJ			Energia: 374.14 Kcal / 1,563.91 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	22.71 g	11.20 g	3.02 g	13.21 g	11.05 g	1.05 g	13.27 g	9.10 g	2.55 g	15.71 g	11.97 g	3.09 g
Bölcsőde uzsonna												
	Tavaszi felvágott, Margarin, Félbarna kenyér[1], Zöldpaprika			Napraforgómagos sajtkrém[7], Félbarna kenyér[1]			Trappista sajt[7], Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Sárgarépa			Pizzás csiga[1,7]		
	Energia: 203.11 Kcal / 849.00 KJ			Energia: 253.31 Kcal / 1,058.84 KJ			Energia: 218.56 Kcal / 913.58 KJ			Energia: 186.48 Kcal / 779.49 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	6.25 g	10.22 g	3.08 g	10.60 g	13.91 g	5.43 g	8.45 g	12.91 g	5.57 g	4.05 g	9.50 g	4.90 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.