





2026.MÁJUS 25-29.

22.hét

Reform bölcsőde, normál 1-3 év	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>		Tej (7) Foszlós kalács (1,3,7)  energia 281 kcal      szénhidr.36,5 g fehérje 11,5 g      cukor 13,6 g zsír 9,8 g            só 0,3 g telített zsír 0 g	Tej (7) tea gyümölcsös (12) Tejben zabpelyh gyümölcessel (1,7) /alma-banán-körte/  energia 259 kcal      szénhidr.37,9 g fehérje 10,2 g      cukor 23,3 g zsír 7,2 g            só 0,2 g telített zsír 0,3 g	Vaníliás tej (7) Kockasajt (7) Kifli, tejes (1,7) Sárgarépa karika  energia 308 kcal      szénhidr.41,3 g fehérje 15,4 g      cukor 15,9 g zsír 8,8 g            só 0,5 g telített zsír 1,5 g	Tej (7) Csirkemell sonka <i>felvágott</i> Natúr vajkrém (7) Félbarna kenyér (1) Karalábéköcska  energia 284 kcal      szénhidr.33,3 g fehérje 14,4 g      cukor 12,4 g zsír 10,2 g            só 0,8 g telített zsír 2 g
<b>Tízórai</b>	 <i>Pünkösd</i>	Banán  energia 73 kcal      szénhidr.16,9 g fehérje 0,9 g      cukor 14,4 g zsír 0,1 g            só 0 g telített zsír 0 g	Alma  energia 25 kcal      szénhidr.4,9 g fehérje 0,3 g      cukor 4,2 g zsír 0,3 g            só 0 g telített zsír 0 g	Rostos multilé 100%  energia 51 kcal      szénhidr.10,9 g fehérje 0,7 g      cukor 10,9 g zsír 0,2 g            só 0 g telített zsír 0 g	Körte  energia 37 kcal      szénhidr.8,4 g fehérje 0,3 g      cukor 7,1 g zsír 0,2 g            só 0 g telített zsír 0 g
<b>Ebéd</b>		<b><u>20 hónapos kor felett</u></b> Csirke-húsfűjűt (1,3,7) Lencsefőzelék-püré, <i>áttörve</i> , <i>héj nélkül</i> (1,7,10,12) Alma  <b><u>20 hónapos kor alatt</u></b> Darált, párolt csirkehús, <i>feltét</i> Lencsefőzelék, <i>áttörve</i> , <i>héj</i> <i>nélkül</i> (1,7) Almapüré  energia 397 kcal      szénhidr.43,5 g fehérje 25,6 g      cukor 8,2 g zsír 13,7 g            só 0,2 g telített zsír 3,8 g	<b><u>20 hónapos kor felett</u></b> Tonhaldalt (1,3,4,6) Sárgarépás burgonyapüré (7) Banán-alma tál  <b><u>20 hónapos kor alatt</u></b> Párolt, tonhaldarabok, <i>feltét</i> (3,6) Sárgarépás burgonyapüré (7) Banán-almapép  energia 384 kcal      szénhidr.44 g fehérje 17,3 g      cukor 16,1 g zsír 14,9 g            só 0,6 g telített zsír 3,2 g	<b><u>20 hónapos kor felett</u></b> Rakott kelkáposzta bulgurral és csirkehússal (1,7) Banán  <b><u>20 hónapos kor alatt</u></b> Darált, főtt csirkehús, <i>feltét</i> Kelkáposzta főzelék (1) Banánpép  energia 347 kcal      szénhidr.48,7 g fehérje 20 g        cukor 17,5 g zsír 8,6 g            só 0,3 g telített zsír 2,5 g	<b><u>20 hónapos kor felett</u></b> Párolt csirkemell csíkok, <i>feltét</i> Sajtmártás (1,7) Főtt újborgonya Alma  <b><u>20 hónapos kor alatt</u></b> Darált, párolt csirkehús, <i>feltét</i> Sajtmártás (1,7) Főtt újborgonya Reszelt alma  energia 395 kcal      szénhidr.35,3 g fehérje 23,9 g      cukor 9,5 g zsír 17,2 g            só 0,5 g telített zsír 5 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek  
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

*Pécsé d*

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

# ÉTLAP

22.hét

Reform bölcsőde, normál 1-3 év	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Uzsonna		Tea gyümölcsös (12) Sajtszelet (7) Ráma csészés margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Tea gyümölcsös (12) Házi zöldfűszeres csirkemájkrém (7,10,12) Vizes zsemle (1) Kígyóborka	Gyümölcsstea (12) Tojáskrém (3,7,10,12) Félbarna kenyér (1) Jégسالáta	Gyümölcsstea (12) Kefir (7) Kifli, tejes (1,7)
		energia 193 kcal      szénhidr.21,8 g fehérje 9,9 g      cukor 2,6 g zsír 7,2 g      só 0,6 g telített zsír 3,2 g	energia 232 kcal      szénhidr.35,2 g fehérje 10,5 g      cukor 4,3 g zsír 5,5 g      só 0,7 g telített zsír 1,2 g	energia 185 kcal      szénhidr.24,7 g fehérje 7,1 g      cukor 5,1 g zsír 5,9 g      só 0,6 g telített zsír 1,4 g	energia 230 kcal      szénhidr.35,2 g fehérje 9,2 g      cukor 11,5 g zsír 5,7 g      só 0,4 g telített zsír 2,7 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az étlappal, táplálékallergiával kapcsolatos kérdésekkel Lakotár Lilla, dietetikushoz fordulhatnak. Tel.: 06 (94) 501-228

Lakotár Lilla, élelmezésvezető



*Lilla*

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!