

Étlap (Bölcsöde (r, t, e,u) 0-3)

2025.10.13 - 2025.10.19.

<i>Hétfő</i> 2025.10.13	<i>Kedd</i> 2025.10.14.	<i>Szerda</i> 2025.10.15.	<i>Csütörtök</i> 2025.10.16.	<i>Péntek</i> 2025.10.17.
Reggeli kakaós csiga (01,) körte tejeskávé (07,01.) E:2 462(Kj) 589(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsir: 19(g)Cuk: 48(g)Só:0,36(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 264(mg)	füstöltizű olaszfelvágott margarin-joghurtos (07,) korpás zsemle TK (11,01,03,06,07,08,) jégcsapretek epres tej (07,) gyümölcs tea E:2 523(Kj) 603(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz: 66(g) Zsir: 16(g)Cuk: 35(g)Só:1,08(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 247(mg)	főtt tojás (03,) margarin-joghurtos (07,) vizes zsemle (01,) tv.paprika kakaó (07,) gyümölcs tea E:2 416(Kj) 578(KCal) F: 19(g)Kol:250(g)Sz: 61(g) Zsir: 17(g)Cuk: 35(g)Só:0,76(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 272(mg)	tejfölös túró (07,) kápia paprika korpás zsemle TK (11,01,03,06,07,08,) tejeskávé (07,01,) gyümölcs tea E:2 176(Kj) 521(KCal) F: 14(g)Kol: 10(g)Sz: 64(g) Zsir: 10(g)Cuk: 35(g)Só:0,69(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 269(mg)	zala felvágott margarin-joghurtos (07,) kornland zsemle TK (01,06,) jégcsapretek gyümölcs tea E:1 128(Kj) 270(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 11(g)Cuk: 5(g)Só:1,29(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 7(mg)
Tízórai alma E: 58(Kj) 14(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg)	gyümölcs joghurt (07,) E:3 440(Kj) 823(KCal) F: 36(g)Kol: 13(g)Sz:103(g) Zsir: 30(g)Cuk: 94(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 19(g)Ca: 156(mg)	banán E: 395(Kj) 95(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 99(mg)	kakaó (07,) E:1 277(Kj) 306(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 243(mg)	körte E: 25(Kj) 6(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 0(g)Cuk: 4(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 7(mg)
Ebéd pulykaraguleves (09,01,03,) ananászos gyümölcsrizs (07,)	tojásleves (03,01,09,12,07,10,) dél olasz rakott tészta (07,01,03,)	májgaluska leves (09,03,01,07,10,06,08,11,) natúr csirkemell (01,) zöldséges bulgúr őszibarack	zöldség leves (09,01,03,) rakott burgonya-cs.kolbásszal,tojással (07,03,) csemege uborka	bojtárleves (09,12,01,03,07,10,) joghurtos szilvápáte (07,01,03,)
Uzsonna kenőmájás (10,09,06,07,) tejeskifli (01,07,) tv.paprika E: 930(Kj) 223(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 6(g)Cuk: 2(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 27(g)Ca: 17(mg)	túrós táská (01,07,) alma E:1 426(Kj) 341(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 19(g)Cuk: 6(g)Só:0,46(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 26(mg)	ízés sonka rozskenyér TK (01.) margarin-joghurtos (07,) tv.paprika E: 229(Kj) 55(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,16(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 13(mg)	almás rácsos (01,) E:1 441(Kj) 345(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 18(g)Cuk: 9(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 0(mg)	tejeskifli (01,07,) gyümölcs joghurt (07,) E:3 970(Kj) 950(KCal) F: 40(g)Kol: 13(g)Sz:128(g) Zsir: 31(g)Cuk: 96(g)Só:1,73(g) Tel.Zs: 44(g)Ca: 167(mg)