

Szabadbattyáni Cifrakert Óvoda-Bölcsőde Étlap

<i>Bölcsődés</i> (1-3 év)	<i>Hétfő</i> 2026.06.29.	<i>Kedd</i> 2026.06.30.	<i>Szerda</i> 2026.07.01.	<i>Csütörtök</i> 2026.07.02.	<i>Péntek</i> 2026.07.03.
<i>Reggeli</i>	-Tej (2,8%) (L) -Natúr vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér (L, G) -Zöldpaprika <i>S:0,8, E:252,0, ZS:10,5, T:3,5, F:10,4, CH:27,5, C:9,5, Ca:235,8</i>	-Csokoládépuding (L) -Kifli tejés (G, L) <i>S:0,7, E:312,0, ZS:7,2, T:3,8, F:10,3, CH:43,5, C:11,3, Ca:230,0</i>	-Tej (2,8%) (L) -Darált szotyikrémes margarin -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Zöldpaprika <i>S:0,8, E:230,0, ZS:9,5, T:4,1, F:10,0, CH:24,8, C:9,3, Ca:232,8</i>	-Tej (2,8%) (L) -Zabszelet (G) <i>S:0,5, E:297,0, ZS:13,0, T:6,6, F:8,8, CH:34,8, C:17,9, Ca:230,0</i>	-Tea -Tojásrántotta (T) -Félbarna kenyér (G) -Zöldpaprika <i>S:0,7, E:213,0, ZS:7,9, T:0,4, F:8,6, CH:26,3, C:0,0, Ca:47,6</i>
<i>Tízórai</i>	-Alma <i>S:0,0, E:12,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,2, CH:0,3, C:0,0, Ca:2,2</i>	-Meggy <i>S:0,0, E:21,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,3, CH:4,4, C:0,0, Ca:6,4</i>	-Kajsziparack <i>S:0,0, E:29,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,5, CH:6,1, C:0,0, Ca:8,3</i>	-Cseresznye <i>S:0,0, E:25,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,3, CH:5,6, C:0,0, Ca:6,5</i>	-Kajsziparack <i>S:0,0, E:29,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,5, CH:6,1, C:0,0, Ca:8,3</i>
<i>Ebéd</i>	-Húsgombóclevés (G, O) -Brokkolifőzelék (G) -Sajtgolyó (L, T, G) <i>S:2,8, E:486,0, ZS:26,4, T:2,1, F:20,9, CH:34,5, C:1,9, Ca:278,9</i>	-Finomfőzelék (L, G) -Sült csirkecomb <i>S:1,3, E:248,0, ZS:11,7, T:0,9, F:17,3, CH:16,0, C:1,9, Ca:32,9</i>	-Sertéshúsleves -Paradicsommártás (fél adag) főtt burgonya(fél adag) (G) -Főtt sertés karaj -Alma <i>S:1,1, E:307,0, ZS:8,8, T:0,3, F:20,4, CH:31,8, C:1,8, Ca:22,0</i>	-Zöldbabfőzelék (L, G) -Pulykapörkölt <i>S:1,3, E:271,0, ZS:16,0, T:1,2, F:13,4, CH:14,5, C:3,6, Ca:16,6</i>	-Karalábleves (G) -Csirkemáj rizottó (L) -Csemege uborka <i>S:2,1, E:385,0, ZS:12,2, T:1,1, F:19,2, CH:46,9, C:5,7, Ca:60,2</i>
<i>Uzsonna</i>	-Pulykafelvágott (O) -Liga margarin -Rozskenyér (G) <i>S:1,2, E:146,0, ZS:10,1, T:1,1, F:8,3, CH:18,9, C:0,1, Ca:8,5</i>	-Tea -Natúr sajtkrémes kenyér (G, L) -Lilahagyma <i>S:0,8, E:174,0, ZS:3,9, T:2,6, F:6,0, CH:29,5, C:1,6, Ca:115,0</i>	-Tonhalkrém (G, L, T, Z, H, O) -Zsemle, vizes (G) <i>S:0,7, E:183,0, ZS:4,1, T:0,5, F:5,4, CH:30,4, C:0,9, Ca:0,0</i>	-Gépsonka -Liga margarin -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Lilahagyma <i>S:0,6, E:160,0, ZS:6,9, T:0,7, F:6,9, CH:16,6, C:0,1, Ca:0,0</i>	-Natúr joghurt (L) -Kifli tejés (G, L) <i>S:0,5, E:157,0, ZS:2,2, T:1,0, F:5,9, CH:27,2, C:20,4, Ca:61,9</i>
<i>Összesen</i>	<i>S:4,8, E:897,0, ZS:46,9, T:6,7, F:39,8, CH:81,2, C:11,5, Ca:525,4</i>	<i>S:2,8, E:755,0, ZS:22,9, T:7,3, F:33,9, CH:93,4, C:14,8, Ca:384,3</i>	<i>S:2,7, E:749,0, ZS:22,4, T:4,8, F:36,3, CH:93,1, C:12,0, Ca:263,1</i>	<i>S:2,4, E:753,0, ZS:35,8, T:8,5, F:29,5, CH:71,6, C:21,6, Ca:253,1</i>	<i>S:3,3, E:783,0, ZS:22,3, T:2,4, F:34,2, CH:106,5, C:26,1, Ca:178,0</i>

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Hufnágelné Bán Irén Tóthné Szőke Erika Barten Mónika
intézményvezető ételmezésvezető szakácsnő

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

<i>S: só (g)</i>	<i>E: energia (kcal)</i>	<i>G: glutén, gabonák</i>	<i>Z: zeller</i>	<i>D: diófélék, mandula, pisztácia</i>	<i>C: csillagfűrt</i>
<i>ZS: zsír (g)</i>	<i>T: telített zsírsav (g)</i>	<i>L: laktóz, tej, tejtermékek</i>	<i>R: rákfélék</i>	<i>M: mustár</i>	<i>P: puhatestűek</i>
<i>F: fehérje (g)</i>	<i>CH: szénhidrát (g)</i>	<i>T: tojás, fehérje</i>	<i>H: halak</i>	<i>S: szezámag</i>	
<i>C: cukor (g)</i>	<i>Ca: kalcium (mg)</i>	<i>F: földimogyoró</i>	<i>O: szója</i>	<i>K: szulfitok, kéndioxid</i>	