

Heti étlap 2025.06.02. - 2025.06.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kakaó 1-3 év[7], Teljeskiörl. kakaós csiga 65g[1,7,12]	Gyümölcstea 1-3 év, Nádudvari Körözött túró[7], Burgonyás kenyér[1], Paradicsom	Gyümölcstea 1-3 év, Kenőmájas, sült hagymás, Kukoricás kenyér[1], Kígyó uborka	Gyümölcstea 1-3 év, Házi sajtkrém, lenmaggal 1-3[7], Félbarna kenyér (Szabacsi)[1], Pritamin paprika	UH tej 2,8%[7], Paradicsomos sajtkrém 1-3 év[7], Teljes kiörlésű zsemle 50g[1,6], Tv paprika
		Energia: 396.55 Kcal / 1,657.58 KJ	Energia: 168.94 Kcal / 706.17 KJ	Energia: 136.15 Kcal / 569.11 KJ	Energia: 282.11 Kcal / 1,179.22 KJ	Energia: 313.07 Kcal / 1,308.63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		11.36 g 16.06 g 8.44 g	6.68 g 3.00 g 1.57 g	3.78 g 0.48 g 0.15 g	11.80 g 11.23 g 4.43 g	15.85 g 11.98 g 6.02 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Almalé 100%	Banán	Gyümölcslé multivit.100%	Gyümölcspüré, tasakos	Körte
		Energia: 69.26 Kcal / 289.51 KJ	Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ	Energia: 7.39 Kcal / 30.89 KJ	Energia: 48.33 Kcal / 202.02 KJ	Energia: 31.80 Kcal / 132.92 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		0.00 g 0.00 g 0.00 g	1.95 g 0.15 g 0.00 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g	0.24 g 0.18 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tavaszi rizseshús SC.1-3 év, Alma	Főtt tojás 1-3 év[3], Sárgaborsó főzelékpüré 1-3 év[1], Félbarna kenyér (Szabacsi)[1]	Karalábés csirkemell 1-3[1,7], Petrezselymes bulgur 1-3 év[1], Körte	Pulyka aprópecsenye 1-3 év, Sárgarépa-főzelék *mir.*1-3év.[1,7], Banán, Félbarna kenyér (Szabacsi)[1]	Zizu cs.mell 1-3[1], Burgonyapüré 1-3 év[7], Csemege uborka[10]
		Energia: 307.99 Kcal / 1,287.40 KJ	Energia: 409.90 Kcal / 1,713.38 KJ	Energia: 513.41 Kcal / 2,146.05 KJ	Energia: 374.21 Kcal / 1,564.20 KJ	Energia: 244.45 Kcal / 1,021.80 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		15.38 g 8.00 g 1.90 g	20.68 g 9.75 g 2.01 g	21.39 g 23.43 g 6.02 g	15.95 g 8.17 g 2.20 g	8.20 g 2.49 g 1.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		43.13 g	0.62 g	0.67 g	58.53 g	0.15 g	2.33 g	71.43 g	6.12 g	0.65 g	57.47 g	1.16 g	1.56 g	46.80 g	0.00 g	2.17 g
		1,3			1,7			1,7			1,7,10					
		UH tej 2,8%[7], Trappista sajt, szeletelt[7,(1)], Vaj[7], Zsemle,vizes[1], Kígyó uborka			UH tej 2,8%[7], Csirkemell sonka, Delma Sandwich margarin 20%, Kis kifli 46g[1,6,7], Tv paprika			UH tej 2,8%[7], Kocka sajt zöldfűszeres[7], Liga margarin 20%, Mini baguette, teljeskiőrlésű[1], Kápia paprika			UH tej 2,8%[7], Makrélás pástétom [3,4,6,7,9], Burgonyás kenyér[1], Paradicsom			UH tej 2,8%[7], Sága pulykapárizsi, Liga margarin 20%, Burgonyás kenyér[1], Kígyó uborka		
		Energia: 337.35 Kcal / 1,410.12 KJ			Energia: 289.26 Kcal / 1,209.11 KJ			Energia: 265.49 Kcal / 1,109.75 KJ			Energia: 288.59 Kcal / 1,206.31 KJ			Energia: 256.95 Kcal / 1,074.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.55 g	25.24 g	13.55 g	13.64 g	9.16 g	3.65 g	11.44 g	11.26 g	4.73 g	12.32 g	9.84 g	2.32 g	10.80 g	7.52 g	2.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		40.09 g	0.16 g	1.13 g	36.90 g	0.08 g	1.47 g	30.00 g	0.80 g	1.13 g	36.96 g	0.10 g	0.55 g	35.74 g	0.00 g	0.44 g
		1,7			1,6,7			1,7			1,3,4,6,7,9			1,7		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergén jelölések: 1-glutén; 2-rák; 3-tojás;4-hal; 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, szulfit, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér, (...) -zárójel: az allergén előfordulhat.

Az allergénekkal kapcsolatos további, részletes információért, kérjük, keressék ételmezésvezetőinket (nebulo.bolcsode@szigethalom.hu vagy 06-70-984-5907).

Barnucz Richárdné, Bányai Enikő
Ételmezésvezető

Szász Andrea
Intézményvezető