

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Tejmentes)

2026.04.27. - 2026.05.03.

Budagyöngye Bölcsőde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.04.27.	Kedd 2026.04.28.	Szerda 2026.04.29.	Csütörtök 2026.04.30.	Péntek 2026.05.01.
----------------------	---------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------

1 Reggeli

Rizstej A:=(Energia: 94 (Kcal) 393 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 19 (g) Kalc.: 240 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 7 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Rizstej A:=(Energia: 94 (Kcal) 393 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 19 (g) Kalc.: 240 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 7 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Rizstej A:=(Energia: 94 (Kcal) 393 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 19 (g) Kalc.: 240 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 7 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Citromos tea A:=(Energia: 20 (Kcal) 82 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 4 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Parasztkenyér A:=(Glutén.) Energia: 100 (Kcal) 416 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 20 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 1 (g) Só: 0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Kométa pulykamell sonka A:=(Energia: 21 (Kcal) 89 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,44 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Mexikói zöldségkrém/tejmentes A:=(Energia: 34 (Kcal) 141 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 3 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 1 (g) Só: 1,28 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Tojás krém A:=(Tojás, Mustár.) Energia: 54 (Kcal) 227 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,38 (g) Nátr.: 38 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Flora margarin A:=(Energia: 36 (Kcal) 150 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,04 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Flora margarin A:=(Energia: 36 (Kcal) 150 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,04 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Burgonyás kenyér A:=(Glutén.) Energia: 105 (Kcal) 440 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 21 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 1 (g) Só: 1,56 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Rozskenyér/teljeskiőrésű A:=(Glutén.) Energia: 88 (Kcal) 368 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 17 (g) Kalc.: 12 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Mézlakác A:=(Energia: 30 (Kcal) 126 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 8 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Rozskenyér/teljeskiőrésű A:=(Glutén.) Energia: 88 (Kcal) 368 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 17 (g) Kalc.: 12 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)		Csemege uborka A:=(Energia: 21 (Kcal) 88 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 3 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 3 (g) Só: 0,68 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
	Sárgarépa A:=(Energia: 8 (Kcal) 33 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 2 (g) Kalc.: 5 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,03 (g) Nátr.: 14 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)			

Energia	1085 KJ	260 Kcal	Energia	1032 KJ	247 Kcal	Energia	974 KJ	233 Kcal	Energia	765 KJ	183 Kcal	Energia	0 KJ	0 Kcal	
Feh.	4 g	Kol:	0 g	Kalc.:	240 mg	Feh.	5 g	Kol:	0 g	Kalc.:	14 mg	Feh.	0 g	Kol:	0 g
Zsír:	7 g	Cukor	7 g	Nátr.:	0 mg	Zsír:	5 g	Cukor	8 g	Nátr.:	38 mg	Zsír:	0 g	Cukor	3 g
Tel.zsír	1 g	Tr.zsír	0 g	Tel.zsír	1 g	Tr.zsír	1 g	Tr.zsír	0 g	Tel.zsír	1 g	Tr.zsír	1 g	Tr.zsír	0 g
Szénh.	46 g	Só	1 g	Szénh.	46 g	Só	43 g	Só	1 g	Szénh.	25 g	Só	0 g	Só	0 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Tejmentes)

2026.04.27. - 2026.05.03.

Budagyöngye Bölcsőde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.04.27.	Kedd 2026.04.28.	Szerda 2026.04.29.	Csütörtök 2026.04.30.	Péntek 2026.05.01.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

2 Tízórai

Barack turmix/tejmentes	Almalé 100%	Narancslé100%	Banán turmix/ tejmentes	
A:=(Energia: 100 (Kcal) 419 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:21 (g) Kalc.: 181 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 12 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	A:=(Energia: 51 (Kcal) 212 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 12 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 12 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	A:=(Energia: 63 (Kcal) 263 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 13 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 1,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	A:=(Energia: 71 (Kcal) 296 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:15 (g) Kalc.: 123 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 3 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Energia 419 KJ 100 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 181 mg Zsír: 2 g Cukor 12 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 21 g Só 0 g	Energia 212 KJ 51 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 12 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 21 g Só 0 g	Energia 263 KJ 63 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 13 g Só 0 g	Energia 296 KJ 71 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 123 mg Zsír: 1 g Cukor 3 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 15 g Só 0 g	Energia 0 KJ 0 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 3 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 0 g Só 0 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Tejmentes)

2026.04.27. - 2026.05.03.

Budagyöngye Bölcsőde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.04.27.	Kedd 2026.04.28.	Szerda 2026.04.29.	Csütörtök 2026.04.30.	Péntek 2026.05.01.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

Főtt tojás A:=(Tojás.) Energia: 76 (Kcal) 318 (KJ) Feh.: 7 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 5 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,19 (g) Nátr.: 75 (mg) Tel.zsír: 2 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Sült csirkecomb filé A:=(Energia: 111 (Kcal) 464 (KJ) Feh.: 9 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 2 (g) Kalc.: 10 (mg) Zsír: 7 (g) Cuk: 0 (g) Só: 1,37 (g) Nátr.: 346 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Májgombóc leves A:=(Tojás,Glutén.) Energia: 183 (Kcal) 767 (KJ) Feh.: 12 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 15 (g) Kalc.: 81 (mg) Zsír: 8 (g) Cuk: 1 (g) Só: 1,67 (g) Nátr.: 70 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Bolognai tészta/ tejmentes A:=(Glutén,Tojás.) Energia: 333 (Kcal)1393 (KJ) Feh.: 19 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:38 (g) Kalc.: 23 (mg) Zsír: 9 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,90 (g) Nátr.: 161 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Sóskamártás/tejmentes A:=(Glutén.) Energia: 143 (Kcal) 598 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:28 (g) Kalc.: 209 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 6 (g) Só: 0,57 (g) Nátr.: 26 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Zeller fozelék/tejmentes A:=(Glutén.) Energia: 107 (Kcal) 448 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 21 (g) Kalc.: 101 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 2 (g) Só:0,62 (g) Nátr.: 47 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Sütemény/tejmentes A:=(Glutén.) Energia: 267 (Kcal)1116 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 38 (g) Kalc.: 36 (mg) Zsír: 11 (g) Cuk: 2 (g) Só: 1,23 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Körte A:=(Energia: 38 (Kcal) 160 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 12 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 1 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Főtt burgonya A:=(Energia: 101 (Kcal) 424 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:20 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,51 (g) Nátr.: 5 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Banán A:=(Energia: 43 (Kcal) 179 (KJ) Feh.: 1 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 5 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)			
Alma A:=(Energia: 34 (Kcal) 144 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 7 (g) Kalc.: 4 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 1 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)				

Energia 1483 KJ 355 Kcal	Energia 1090 KJ 261 Kcal	Energia 1883 KJ 451 Kcal	Energia 1553 KJ 371 Kcal	Energia 0 KJ 0 Kcal
Feh. 13 g Kol. 0 g Kalc.: 220 mg	Feh. 13 g Kol. 0 g Kalc.: 116 mg	Feh. 17 g Kol. 0 g Kalc.: 117 mg	Feh. 20 g Kol. 0 g Kalc.: 35 mg	Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg
Zsír: 7 g Cukor 6 g Nátr.: 108 mg	Zsír: 8 g Cukor 2 g Nátr.: 394 mg	Zsír: 18 g Cukor 3 g Nátr.: 70 mg	Zsír: 9 g Cukor 0 g Nátr.: 162 mg	Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg
Tel.zsír 2 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g
Szénh. 56 g Só 1 g	Szénh. 56 g Só 2 g	Szénh. 53 g Só 1 g	Szénh. 46 g Só 1 g	Szénh. 0 g Só 0 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Tejmentes)

2026.04.27. - 2026.05.03.

Budagyöngye Bölcsőde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.04.27.	Kedd 2026.04.28.	Szerda 2026.04.29.	Csütörtök 2026.04.30.	Péntek 2026.05.01.
----------------------	---------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------

4 Uzsonna

Citromos tea A:=(Energia: 20 (Kcal) 82 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 4 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Citromos tea A:=(Energia: 20 (Kcal) 82 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 4 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Citromos tea A:=(Energia: 20 (Kcal) 82 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 4 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:),00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Rizstej A:=(Energia: 94 (Kcal) 393 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:19 (g) Kalc.: 240 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 7 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Kométa pulykamell sonka A:=(Energia: 21 (Kcal) 89 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,44 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Meggy zselé házi/tej- és gluténmentes A:=(Energia: 76 (Kcal) 319 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 17 (g) Kalc.: 75 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 9 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Tonhal krém A:=(Halak,Mustár,) Energia: 27 (Kcal) 114 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 0 (g) Só:),25 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Házi szárnyas-húskrém A:=(Energia: 53 (Kcal) 223 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 2 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,26 (g) Nátr.: 8 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Flora margarin A:=(Energia: 36 (Kcal) 150 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,04 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Rozskenyér/teljeskiőrlésű A:=(Glutén,) Energia: 88 (Kcal) 368 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 17 (g) Kalc.: 12 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Burgonyás kenyér A:=(Glutén,) Energia: 105 (Kcal) 440 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 21 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 1 (g) Só:),56 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Félbarna kenyér A:=(Glutén,) Energia: 100 (Kcal) 416 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:20 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 1 (g) Só:0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Parasztkenyér A:=(Glutén,) Energia: 100 (Kcal) 416 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:20 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 1 (g) Só:0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)		Vajretek A:=(Energia: 3 (Kcal) 13 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 6 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:),01 (g) Nátr.: 6 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Kígyóuborka A:=(Energia: 3 (Kcal) 14 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 5 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,01 (g) Nátr.: 2 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	
Zöldpaprika A:=(Energia: 6 (Kcal) 24 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 4 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 1 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)				

Energia	760 KJ	182 Kcal	Energia	769 KJ	184 Kcal	Energia	648 KJ	155 Kcal	Energia	1047 KJ	250 Kcal	Energia	0 KJ	0 Kcal
Feh.	8 g	Kol.	0 g	Kol.	3 g	Feh.	7 g	Kol.	7 g	Kol.	7 g	Feh.	0 g	Kol.
Zsír:	5 g	Cukor	1 g	Nátr.:	1 mg	Zsír:	2 g	Cukor	1 g	Nátr.:	6 mg	Zsír:	0 g	Cukor
Tel.zsír	1 g	Tr.zsír	0 g	Tel.zsír	0 g	Tr.zsír	1 g	Tr.zsír	0 g	Tel.zsír	1 g	Tr.zsír	1 g	Tr.zsír
Szénh.	25 g	Só	1 g	Szénh.	25 g	Só	26 g	Só	1 g	Szénh.	40 g	Só	0 g	Só
		Kalc.:	5 mg	Kalc.:	88 mg		0 g	Kalc.:	16 mg		0 g	Kalc.:	255 mg	
		Nátr.:	1 mg	Nátr.:	0 mg		6 mg	Nátr.:	6 mg		7 g	Nátr.:	10 mg	
							0 g		0 g		0 g		0 g	
							0 g		0 g		0 g		0 g	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Tejmentes)

2026.04.27. - 2026.05.03.

Budagyöngye Bölcsőde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.04.27.			Kedd 2026.04.28.			Szerda 2026.04.29.			Csütörtök 2026.04.30.			Péntek 2026.05.01.		
Energia	3747 KJ	897 Kcal	Energia	3102 KJ	742 Kcal	Energia	3768 KJ	901 Kcal	Energia	3660 KJ	876 Kcal	Energia	0 KJ	0 Kcal
Feh.	26 g	Kol.	Feh.	24 g	Kol.	Feh.	28 g	Kol.	Feh.	38 g	Kol.	Feh.	0 g	Kol.
Zsír:	20 g	Cukor	Zsír:	16 g	Cukor	Zsír:	25 g	Cukor	Zsír:	21 g	Cukor	Zsír:	0 g	Cukor
Tel.zsír	4 g	Tr.zsír	Tel.zsír	2 g	Tr.zsír	Tel.zsír	2 g	Tr.zsír	Tel.zsír	2 g	Tr.zsír	Tel.zsír	0 g	Tr.zsír
Szénh.	149 g	Só	Szénh.	149 g	Só	Szénh.	135 g	Só	Szénh.	127 g	Só	Szénh.	0 g	Só
	0 g	Kalc.: 646 mg		0 g	Kalc.: 461 mg		0 g	Kalc.: 382 mg		0 g	Kalc.: 427 mg		0 g	Kalc.: 0 mg
	26 g	Nátr.: 109 mg		30 g	Nátr.: 408 mg		12 g	Nátr.: 76 mg		14 g	Nátr.: 211 mg		0 g	Nátr.: 0 mg