

Brila-Farm Kft.  
Csontos Károly utca 84

## Étlap bölcsődések 0-3 2025.05.05. - 2025.05.11.

	<b>hétfő</b> 2025.05.05	<b>kedd</b> 2025.05.06.	<b>szerda</b> 2025.05.07.	<b>csütörtök</b> 2025.05.08.	<b>péntek</b> 2025.05.09.
<b>Reggeli</b>	<b>Tea, Teljes kiőrlésű kenyér (01), Margarin, Vadász felvágott, Uborka,</b> E: 857(Kj) 205(KCal) F: 7(g) Kol: 28(g) Sz: 25(g) Zsir: 10(g) Cuk: 5(g) Só:0,86(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 19(mg)	<b>Tea, Pizzás csiga (01,03),</b> E: 578(Kj) 138(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 18(g) Zsir: 5(g) Cuk: 5(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 10(mg)	<b>Kakaó (07), Vajas pogácsa pékáru (01,03),</b> E:1 510(Kj) 361(KCal) E: 11(g) Kol:258(g) Sz: 42(g) Zsir: 15(g) Cuk: 8(g) Só:0,43(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 250(mg)	<b>Tea, Teljes kiőrlésű kenyér (01), Margarin , Csabai felvágott, Paradicsom,</b> E:1 345(Kj) 322(KCal) E: 10(g) Kol: 35(g) Sz: 26(g) Zsir: 19(g) Cuk: 5(g) Só:2,52(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 29(mg)	<b>Tea, Teljes kiőrlésű kenyér (01), Májusi csemege felvágott, Margarin, Paradicsom,</b> E: 881(Kj) 211(KCal) F: 10(g) Kol: 10(g) Sz: 26(g) Zsir: 7(g) Cuk: 5(g) Só:0,96(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 21(mg)
<b>Tízórai</b>	<b>Keksz (01,05),</b> E: 512(Kj) 123(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 27(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,04(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	<b>Gyümölcs,</b> E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)	<b>Gyümölcs,</b> E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)	<b>Gyümölcs,</b> E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)	<b>Gyümölcs,</b> E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)
<b>Ebéd</b>	<b>Palóc gulyás leves (07,01), Tejbedara (07,01), Kakaó, porcukor szórát,</b> E:1 732(Kj) 414(KCal) E: 14(g) Kol: 46(g) Sz: 51(g) Zsir: 14(g) Cuk: 8(g) Só:0,95(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 243(mg)	<b>Gyümölcs mártás (01), Natúr s,szelet (01),</b> E: 946(Kj) 226(KCal) F: 8(g) Kol: 17(g) Sz: 37(g) Zsir: 5(g) Cuk: 10(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 36(mg)	<b>Paradicsomos káposzta fozelék (01), apróhús feltét,</b> E: 913(Kj) 219(KCal) F: 14(g) Kol: 38(g) Sz: 16(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,96(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 45(mg)	<b>Hawaii csirkemell (07), Tört burgonya,</b> E:1 499(Kj) 359(KCal) F: 21(g) Kol: 49(g) Sz: 45(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:0,69(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 124(mg)	<b>Gombás sertéstokány (01), tészta köret (01,03),</b> E:1 641(Kj) 393(KCal) E: 15(g) Kol: 46(g) Sz: 47(g) Zsir: 14(g) Cuk: 0(g) Só:1,85(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 39(mg)
<b>Uzsonna</b>	<b>Zsemle (01), Margarin,</b> E: 708(Kj) 169(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 31(g) Zsir: 2(g) Cuk: 0(g) Só:0,96(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 12(mg)	<b>Teljes kiőrlésű kenyér (01), Sajtkrém (07), Paprika,</b> E: 653(Kj) 156(KCal) F: 24(g) Kol: 15(g) Sz: 21(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,74(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 70(mg)	<b>Teljes kiőrlésű kenyér (01), Margarin, Sárgabarack dzsem,</b> E: 693(Kj) 166(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 33(g) Zsir: 4(g) Cuk: 3(g) Só:1,31(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 13(mg)	<b>Kifli (01), Kocka sajt (07),</b> E: 434(Kj) 104(KCal) F: 4(g) Kol: 21(g) Sz: 15(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:0,38(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 107(mg)	<b>Csokis croissant (01,03,07),</b> E:1 075(Kj) 257(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 31(g) Zsir: 12(g) Cuk: 7(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 20(mg)

01=Glutén,02=Nakivék,03=Tojás,04=Hala  
k,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,0  
8=Diófélék,09=Zeller,10=Mártás,11=Csemege  
Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető