

## Hidegétel-étlap, bölcsődés korosztály számára

	1. nap	2. nap	3. nap	4. nap	5. nap	6. nap	7. nap
R	Dobozos tej Briós	Gyümölcsstea Körített túró Fehérkenyér Hónapos retek	Dobozos kakaó Kalács	Gyümölcsstea Szárnyas májkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Dobozos tej Lekvár Margarin Fehérkenyér	Gyümölcsstea Snack sajt Margarin Zsemle Hónapos retek	Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Kifli Kígyóuborka
T	Gyümölcsjoghurt Narancs	Dobozos tej Kölesgolyó	Epres tasakos gyümölcs püré	Natúr joghurt Mandarin	Körte	Meggyes tejberisz	Natúr joghurt Alma
E	<b>Ásványvíz</b> <b>Baromfi virsli</b> <b>Ketchup</b> <b>Félbarna kenyér</b> <b>Préselt</b> <b>gyümölcsszelet</b>	<b>Dobozos almálé</b> <b>Hideg sült</b> <b>Zacskós saláta</b> <b>Ezersziget öntet</b> <b>Teljes kiőrlésű</b> <b>kenyér</b>	<b>Ásványvíz</b> <b>Hidegfasírt</b> <b>Teljes kiőrlésű</b> <b>zsemle</b> <b>Savanyú uborka</b>	<b>Dobozos alma-</b> <b>őszibaracklé</b> <b>Francia saláta</b> <b>gépsonkával</b> <b>Molnárka</b>	<b>Dobozos</b> <b>multivitaminlé</b> <b>Tésztasaláta</b> <b>(húsos)</b> <b>Banán</b>	<b>Ásványvíz</b> <b>Orosz hússaláta</b> <b>Kifli</b> <b>Körte</b>	<b>Ásványvíz</b> <b>Sütőben sült rántott</b> <b>húsos zsemle</b> <b>Salátalevél</b> <b>Mandarin</b>
U	Alma Extrudált kukoricakenyér	Banán Kefir	Snack sajt Kifli Újhagyma	Dobozos tej Zabfalatok	Gyümölcsjoghurt	Banán	Alma-körte tasakos gyümölcspüré Kölesgolyó
V	Gyümölcsstea Kockasajt Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kápiapaprika	Gyümölcsstea Csirkemellsonka Minivaj Kifli Paradicsom	Dobozos narancslé Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Gyümölcsstea Túró Zsemle Kígyóuborka	Gyümölcsstea Baromfipárizsi Korpás kifli Zöldpaprika	Dobozos ananászlé Tonhalkrém Teljes kiőrlésű rozskenyér Kápiapaprika	Dobozos tej Sertéssonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom

## Hidegétel-étlap, 3 év feletti korosztály számára

	1. nap	2. nap	3. nap	4. nap	5. nap	6. nap	7. nap
<b>R</b>	Tejeskávé Briós	Gyümölcstea Körített túró Kifli Zöldpaprika	Dobozos kakaó Kalács	Gyümölcstea Téliszalámi Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér Hónapos retek	Dobozos tej Baracklekvár Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcstea Snack sajt Mini margarin Fehér kenyér Hónapos retek	Cappucino* (kávés tej, UHT) Főtt tojás Mini margarin Teljes kiőrlésű kifli Kígyóuborka
<b>T</b>	Alma Korpvit keksz	Müzliszelet Natúr joghurt	Narancs Puffasztott búza	Kefir	Diákcsemege Alma	Túrórudi	Natúr joghurt Puffasztott köles
<b>E</b>	Ásványvíz Baromfi virsli Ketchup, mustár Félbarna kenyér Préselt gyümölcsszelet	Dobozos almálé Hideg sült Zacskós saláta Ezersziget öntet Teljes kiőrlésű magos kenyér	Ásványvíz Hidegfasírt Teljes kiőrlésű zsemle Savanyú uborka	Dobozos alma- őszibaracklé Francia saláta Sonkatekercs Molnárka	Dobozos multivitaminlé Tésztasaláta (húsos) Banán	Ásványvíz Orosz hússaláta Kifli Körte	Ásványvíz Rántott húsos zsemle Salátalevél Mandarin
<b>U</b>	Dió Narancs	Banán	Snack sajt Körte	Mandarin Extrudált kukoricakenyér	Gyümölcsjoghurt Puffasztott rizs	Almasnack	Tasakos gyümölcspüré Teljes kiőrlésű zabkeksz
<b>V</b>	Ásványvíz Kockasajt Mini margarin Teljes kiőrlésű zsemle Újhagyma	Dobozos tej Csirkemellsonka Minivaj Rozskenyér Paradicsom	Dobozos narancslé Főtt tojás Mini margarin Kifli Zöldpaprika	Gyümölcstea Túró Zsemle Kígyóuborka	Ásványvíz Baromfipárizsi Mini margarin Korpás kifli Zöldpaprika	Dobozos ananászlé Tonhalkonzerv Magvas, teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma	Gyümölcstea Szárnyas májkrém Félbarna kenyér Paradicsom

\*18 éves kor alatt gabonakávéból