Bölcsöde

ÉTLAP

2026. november 2 - 2026. november 6

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek
Reggeli	Vaníliás croissant[1,3,7] Vaniliás tej[7] E: 101kcal Tel.zsír.: 1g CH: 14g Só: 0,2g Ca (tej): 137mg Zsír: 3g Fehé.: 5g Cuk.: 7g Ca: 137mg	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér[1,3,7] Trappista sajt[7] tej[7] E: 311kcal Tel.zsír.: 8g CH: 27g Só: 1,2g Ca (tej): 390mg Zsír: 15g Fehé.: 16g Cuk.: 9g Ca: 402mg	Zöldpaprika gépsonka Margarin Tea Félbarna Kenyér[1,3,7] E: 190kcal Tel.zsír.: 1g CH: 27g Só: 1,1g Ca (tej): mg Zsír: 4g Fehé.: 10g Cuk.: 6g Ca: 20mg	Tejbegríz (tejbedara) kakaó szórattal[1,7] E: 231kcal Tel.zsír.: 1g CH: 42g Só: 0,3g Ca (tej): 194mg Zsír: 3g Fehé.: 9g Cuk.: 20g Ca: 200mg	Császárzsömle[1,3,7] Zöldfűszeres vajkrém[7] kaliforniai paprika tej[7] E: 202kcal Tel.zsír.: 4g CH: 26g Só: 0,3g Ca (tej): 180mg Zsír: 10g Fehé.: 8g Cuk.: 8g Ca: 192mg
Tízórai	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Fehé.: 0g Cuk.: 6g Ca: 9mg	Gyümölcspüré E: 0kcal Tel.zsír.: g CH: 0g Só: g Ca (tej): mg Zsír: 0g Fehé.: 0g Cuk.: g Ca: mg	Körte E: 48kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Fehé.: 0g Cuk.: 11g Ca: 14mg	Szőlő E: 73kcal Tel.zsír.: g CH: 16g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Fehé.: 1g Cuk.: 16g Ca: 25mg	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Fehé.: 0g Cuk.: 6g Ca: 9mg
Ebéd	Zöldborsóleves[1] Bolognai spagetti[1,7] Reszelt sajt[7] kígyó uborka E: 365kcal Tel.zsír.: 3g CH: 42g Só: 1,3g Ca (tej): 82mg Zsír: 13g Fehé.: 19g Cuk.: 2g Ca: 123mg	Lencsefőzelék[1,7,10] Sertéspörkölt feltét E: 334kcal Tel.zsír.: 2g CH: 29g Só: 1,1g Ca (tej): 15mg Zsír: 14g Fehé.: 21g Cuk.: 3g Ca: 59mg	Sóskafőzelék[1,7] Csirkemell pörkölt feltét E: 247kcal Tel.zsír.: 3g CH: 11g Só: 1,1g Ca (tej): 15mg Zsír: 16g Fehé.: 15g Cuk.: 5g Ca: 89mg	Rakott karfiol[7] E: 208kcal Tel.zsír.: 1g CH: 16g Só: 0,6g Ca (tej): 15mg Zsír: 10g Fehé.: 13g Cuk.: 5g Ca: 54mg	Natúr sertéskaraj[1] Burgonyafőzelék[1,7] E: 222kcal Tel.zsír.: 2g CH: 16g Só: 1,1g Ca (tej): 15mg Zsír: 11g Fehé.: 13g Cuk.: 1g Ca: 30mg
Uzsonna	korpás zsemle[1,3,7] Párizsi[6] Margarin E: 136kcal Tel.zsír.: 1g CH: 12g Só: 0,9g Ca (tej): mg Zsír: 7g Fehé.: 6g Cuk.: 0g Ca: 13mg	Gyümölcsjoghurt[7] Kifli[1,3] E: 182kcal Tel.zsír.: 1g CH: 33g Só: 0,7g Ca (tej): 114mg Zsír: 2g Fehé.: 7g Cuk.: 10g Ca: 122mg	Fehér kenyér[1,3,7] natúr sajtkrém[7] kígyó uborka E: 157kcal Tel.zsír.: 5g CH: 17g Só: 0,8g Ca (tej): 30mg Zsír: 8g Fehé.: 4g Cuk.: 1g Ca: 39mg	Korpás kifli[1] kockasajt[7] E: 97kcal Tel.zsír.: 0g CH: 13g Só: 0,3g Ca (tej): mg Zsír: 3g Fehé.: 4g Cuk.: 0g Ca: 6mg	tej[7] Fahéjas csiga E: 90kcal Tel.zsír.: 2g CH: 8g Só: 0,2g Ca (tej): 180mg Zsír: 4g Fehé.: 5g Cuk.: 8g Ca: 180mg
Energia:	633,44kcal	826,59kcal	641,05kcal	607,98kcal	545,83kcal
Zsír:	22,82g	31,71g	28,57g	16,07g	25,56g
Telített zsírsav:	4,39g	10,25g	8,34g	2,89g	8,01g
Fehérje:	29,66g	44,06g	27,66g	26,04g	26,28g
Szénhidrát:	75,14g	89,50g	66,08g	87,88g	50,52g
Cukor:	15,08g	15,22g	15,61g	30,60g	23,21g
Só:	2,34g	3,08g	3,10g	1,27g	1,58g
Ca:	281,50mg	584,08mg	161,44mg	285,49mg	411,80mg
Ca (tej):	218,50mg	518,94mg	44,60mg	208,80mg	375,00mg

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Bölcsõde

ÉTLAP

2026. november 9 - 2026. november 13

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek
Reggeli	Kalács[1,3,7] Kakaó[7] E: 260kcal Tel.zsír.: 3g CH: 42g Só: 0,6g Ca (tej): 137mg Zsír: 6g Feh.: 9g Cuk.: 20g Ca: 155mg	Teljes kiõrlésû kenyér[1,3,7] Méz tej[7] E: 201kcal Tel.zsír.: 2g CH: 31g Só: 0,6g Ca (tej): 180mg Zsír: 5g Feh.: 9g Cuk.: 12g Ca: 194mg	Tonhalkrém[4,10] Tea Fehér kenyér[1,3,7] kígyó uborka E: 128kcal Tel.zsír.: 0g CH: 22g Só: 0,6g Ca (tej): mg Zsír: 3g Feh.: 4g Cuk.: 6g Ca: 14mg	Zöldfûszeres sajtkrém Rozskenyér[1,3,7] tej[7] kaliforniai paprika lenmag E: 274kcal Tel.zsír.: 2g CH: 31g Só: 0,6g Ca (tej): 180mg Zsír: 11g Feh.: 13g Cuk.: 8g Ca: 232mg	Zsemle[1,3,7] Olasz felvágott[6] Paradicsom Margarin Tea E: 200kcal Tel.zsír.: 4g CH: 21g Só: 1,5g Ca (tej): mg Zsír: 10g Feh.: 6g Cuk.: 6g Ca: 13mg
Tízórai	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 6g Ca: 9mg	Szilva E: 43kcal Tel.zsír.: g CH: 9g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: g Feh.: 1g Cuk.: 9g Ca: 14mg	Körte E: 48kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 14mg	Szõlõ E: 73kcal Tel.zsír.: g CH: 16g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Feh.: 1g Cuk.: 16g Ca: 25mg	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 6g Ca: 9mg
Ebéd	Sertéspaprikás[7] bulgur[1] E: 480kcal Tel.zsír.: 2g CH: 78g Só: 0,6g Ca (tej): 15mg Zsír: 11g Feh.: 22g Cuk.: 2g Ca: 61mg	Sertéssült (karaj) Vegyes gyümölcsmártás[1,7] kuszkusz E: 540kcal Tel.zsír.: 1g CH: 91g Só: 0,7g Ca (tej): 15mg Zsír: 8g Feh.: 22g Cuk.: 10g Ca: 57mg	Pusztapörkölt Káposzta saláta E: 212kcal Tel.zsír.: 0g CH: 25g Só: 1,1g Ca (tej): mg Zsír: 7g Feh.: 11g Cuk.: 10g Ca: 35mg	Csirke nuggets[1,3] Finomfõzelék[1,7] E: 183kcal Tel.zsír.: 1g CH: 20g Só: 1,7g Ca (tej): 23mg Zsír: 7g Feh.: 10g Cuk.: 6g Ca: 64mg	Zellerfõzelék[1,7,9] Zöldségfasirt[1,3] E: 172kcal Tel.zsír.: 2g CH: 10g Só: 1,1g Ca (tej): 15mg Zsír: 13g Feh.: 3g Cuk.: 3g Ca: 48mg
Uzsonna	Zsemle[1,3,7] Diákcsemege szalámi Margarin kígyó uborka E: 196kcal Tel.zsír.: 1g CH: 15g Só: 0,5g Ca (tej): mg Zsír: 12g Feh.: 8g Cuk.: 0g Ca: 9mg	Zöldpaprika Félbarna Kenyér[1,3,7] magyaros vajkrém[7] E: 185kcal Tel.zsír.: g CH: 23g Só: 0,8g Ca (tej): mg Zsír: 8g Feh.: 5g Cuk.: 1g Ca: 12mg	Alma piskótatallér E: 31kcal Tel.zsír.: 0g CH: 6g Só: 0,0g Ca (tej): mg Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 6g Ca: 9mg	Szõlõ Krémtúró[1,3,7] E: 300kcal Tel.zsír.: 4g CH: 43g Só: 0,1g Ca (tej): 66mg Zsír: 7g Feh.: 13g Cuk.: 32g Ca: 96mg	Pizzás kifli[1,3,7] E: 178kcal Tel.zsír.: g CH: 21g Só: g Ca (tej): mg Zsír: 9g Feh.: 4g Cuk.: g Ca: mg
Energia:	967,03kcal	969,32kcal	419,23kcal	829,21kcal	581,67kcal
Zsír:	29,17g	20,85g	10,28g	25,25g	32,05g
Telített zsírsav:	5,02g	3,59g	0,77g	6,81g	5,75g
Fehérje:	39,27g	36,68g	16,21g	36,86g	13,18g
Szénhidrát:	141,53g	154,04g	63,64g	110,21g	58,28g
Cukor:	16,57g	21,60g	26,79g	49,54g	10,67g
Só:	1,70g	2,07g	1,75g	2,39g	2,60g
Ca:	234,14mg	277,19mg	72,15mg	417,77mg	71,12mg
Ca (tej):	151,80mg	195,00mg	mg	268,80mg	15,00mg

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Bölcsõde

ÉTLAP

2026. november 16 - 2026. november 20

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek
Reggeli	pudingos meggyes papucs[1,3,7] tej[7] E: 90kcal Zsír: 4g Tel.zsír.: 2g Feh.: 5g CH: 8g Cuk.: 8g Só: 0,2g Ca: 180mg Ca (tej): 180mg	Körözött[7] Zöldpaprika Teljes kiõrlésû kenyér[1,3,7] tej[7] E: 228kcal Zsír: 7g Tel.zsír.: 3g Feh.: 13g CH: 29g Cuk.: 10g Só: 0,8g Ca: 218mg Ca (tej): 201mg	Tojáskrém[3,7,10] Retek Tea Fehér kenyér[1,3,7] E: 176kcal Zsír: 7g Tel.zsír.: 2g Feh.: 6g CH: 23g Cuk.: 6g Só: 0,8g Ca: 29mg Ca (tej): 1mg	tej[7] gabonapehely[1] E: 297kcal Zsír: 9g Tel.zsír.: 4g Feh.: 7g CH: 46g Cuk.: 25g Só: 1,0g Ca: 314mg Ca (tej): 180mg	Csavart kifli[1,3,7] Vaj[7] Trappista sajt[7] tej[7] E: 234kcal Zsír: 16g Tel.zsír.: 9g Feh.: 13g CH: 9g Cuk.: 9g Só: 0,8g Ca: 391mg Ca (tej): 390mg
Tízórai	Alma E: 31kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 6g Cuk.: 6g Só: 0,0g Ca: 9mg Ca (tej): mg	Gyümölcspüré E: 0kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 0g Cuk.: g Só: g Ca: mg Ca (tej): mg	Körte E: 48kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 11g Cuk.: 11g Só: 0,0g Ca: 14mg Ca (tej): mg	Szõlõ E: 73kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 1g CH: 16g Cuk.: 16g Só: 0,0g Ca: 25mg Ca (tej): mg	Alma E: 31kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 6g Cuk.: 6g Só: 0,0g Ca: 9mg Ca (tej): mg
Ebéd	Paraj (spenót) fõzelék[1,7] Fõtt burgonya Fõtt tojás[3] E: 195kcal Zsír: 7g Tel.zsír.: 1g Feh.: 8g CH: 24g Cuk.: 4g Só: 1,2g Ca: 162mg Ca (tej): 68mg	Sárgaborsó fõzelék[1] Csirkepörkölt E: 138kcal Zsír: 8g Tel.zsír.: 1g Feh.: 11g CH: 5g Cuk.: 1g Só: 1,1g Ca: 6mg Ca (tej): mg	Paprikás burgonya (serpenyõs burgonya) virslivel[6] E: 274kcal Zsír: 14g Tel.zsír.: 3g Feh.: 12g CH: 24g Cuk.: 1g Só: 1,6g Ca: 22mg Ca (tej): mg	Sertéssült (comb) Paradicsomos káposztafõzelék[1,9] E: 231kcal Zsír: 9g Tel.zsír.: 1g Feh.: 11g CH: 26g Cuk.: 18g Só: 1,1g Ca: 47mg Ca (tej): mg	Rántott hal (tilápia)[1,3,4] Burgonyapüré (tej)[7] E: 327kcal Zsír: 19g Tel.zsír.: 3g Feh.: 14g CH: 24g Cuk.: 2g Só: 1,2g Ca: 59mg Ca (tej): 46mg
Uzsonna	korpás zsemle[1,3,7] Paprikás szalámi Margarin kígyó uborka E: 133kcal Zsír: 7g Tel.zsír.: 2g Feh.: 5g CH: 13g Cuk.: 1g Só: 0,8g Ca: 11mg Ca (tej): mg	Alma müzli csicseriborsós joghurtos[1] E: 31kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 6g Cuk.: 6g Só: 0,0g Ca: 9mg Ca (tej): mg	Párizsi[6] Margarin Félbarna Kenyér[1,3,7] kígyó uborka E: 179kcal Zsír: 7g Tel.zsír.: 1g Feh.: 7g CH: 21g Cuk.: 0g Só: 1,4g Ca: 17mg Ca (tej): mg	Gyümölcsjoghurt[7] Korpás kifli[1] E: 136kcal Zsír: 2g Tel.zsír.: 1g Feh.: 6g CH: 22g Cuk.: 10g Só: 0,4g Ca: 120mg Ca (tej): 114mg	Csokis croissant[1,3,7] E: 117kcal Zsír: 7g Tel.zsír.: 2g Feh.: 2g CH: 11g Cuk.: 4g Só: 0,2g Ca: 20mg Ca (tej): mg
Energia:	450,00kcal	397,65kcal	677,14kcal	736,76kcal	709,20kcal
Zsír:	18,70g	15,37g	28,12g	20,43g	43,30g
Telített zsírsav:	6,01g	4,28g	5,24g	5,98g	14,27g
Fehérje:	18,49g	23,73g	25,81g	25,20g	29,21g
Szénhidrát:	50,82g	40,05g	78,62g	110,36g	49,43g
Cukor:	19,14g	17,41g	12,56g	61,16g	17,61g
Só:	2,11g	1,84g	3,78g	2,60g	2,22g
Ca:	362,70mg	233,05mg	82,77mg	506,57mg	480,11mg
Ca (tej):	248,40mg	201,00mg	1,00mg	294,00mg	435,54mg

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Bölcsõde

ÉTLAP

2026. november 23 - 2026. november 27

Étkezés	2026.11.23 Hétfõ	2026.11.24 Kedd	2026.11.25 Szerda	2026.11.26 Csütörtök	2026.11.27 Péntek
Reggeli	tej[7] sajtos pogácsa[1,3,7] E: 389kcal Zsír: 19g Tel.zsír.: 2g Feh.: 19g CH: 34g Cuk.: 8g Só: 0,2g Ca: 180mg Ca (tej): 180mg	Padlizsánkrém[7] Félbarna Kenyér[1,3,7] tej[7] E: 202kcal Zsír: 5g Tel.zsír.: 2g Feh.: 9g CH: 30g Cuk.: 9g Só: 1,1g Ca: 196mg Ca (tej): 185mg	Tonhalkrém[4,10] Retek Tea Fehér kenyér[1,3,7] E: 130kcal Zsír: 3g Tel.zsír.: 0g Feh.: 4g CH: 22g Cuk.: 5g Só: 0,6g Ca: 19mg Ca (tej): mg	Tavaszi felvágott[6] Margarin Teljes kiõrlésû kenyér[1,3,7] tej[7] kaliforniai paprika E: 256kcal Zsír: 10g Tel.zsír.: 4g Feh.: 12g CH: 29g Cuk.: 8g Só: 1,1g Ca: 200mg Ca (tej): 180mg	Zöldpaprika Tea Rozskenyér[1,3,7] vajkrém[7] lenmag E: 283kcal Zsír: 15g Tel.zsír.: 4g Feh.: 9g CH: 28g Cuk.: 7g Só: 0,5g Ca: 59mg Ca (tej): mg
Tízórai	Alma E: 31kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 6g Cuk.: 6g Só: 0,0g Ca: 9mg Ca (tej): mg	Szõlõ E: 73kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 1g CH: 16g Cuk.: 16g Só: 0,0g Ca: 25mg Ca (tej): mg	Körte E: 48kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 11g Cuk.: 11g Só: 0,0g Ca: 14mg Ca (tej): mg	Szilva E: 43kcal Zsír: g Tel.zsír.: g Feh.: 1g CH: 9g Cuk.: 9g Só: 0,0g Ca: 14mg Ca (tej): mg	Alma E: 31kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 6g Cuk.: 6g Só: 0,0g Ca: 9mg Ca (tej): mg
Ebéd	Gulyásleves csipetkével, sertésbõl[1,3] Sárgabarackízes gombóc[1] E: 459kcal Zsír: 10g Tel.zsír.: 1g Feh.: 19g CH: 72g Cuk.: 10g Só: 0,8g Ca: 20mg Ca (tej): mg	Lecsós sertésragu Köles E: 270kcal Zsír: 14g Tel.zsír.: 1g Feh.: 13g CH: 22g Cuk.: 1g Só: 0,9g Ca: 19mg Ca (tej): mg	Tökfõzelék[1,7] Fasírt (sertés)[1,3,7] E: 280kcal Zsír: 17g Tel.zsír.: 2g Feh.: 12g CH: 18g Cuk.: 7g Só: 1,3g Ca: 50mg Ca (tej): 15mg	Rakott brokkoli bulgurral[1,3,7] E: 189kcal Zsír: 10g Tel.zsír.: 1g Feh.: 14g CH: 11g Cuk.: 3g Só: 0,6g Ca: 132mg Ca (tej): 15mg	Édes-savanyú csirkecsíkok[1,6] Fött rizs E: 268kcal Zsír: 2g Tel.zsír.: 0g Feh.: 19g CH: 43g Cuk.: 4g Só: 1,2g Ca: 16mg Ca (tej): mg
Uzsonna	Zsemle[1,3,7] Diákcsemege szalámi Margarin kígyó uborka E: 196kcal Zsír: 12g Tel.zsír.: 1g Feh.: 8g CH: 15g Cuk.: 0g Só: 0,5g Ca: 9mg Ca (tej): mg	Kifli[1,3] kockasajt[7] E: 143kcal Zsír: 3g Tel.zsír.: g Feh.: 5g CH: 24g Cuk.: g Só: 0,6g Ca: 8mg Ca (tej): mg	Zöldfûszeres sajtkrém korpás zsemle[1,3,7] kígyó uborka E: 65kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: 0g Feh.: 3g CH: 13g Cuk.: 1g Só: 0,3g Ca: 9mg Ca (tej): mg	Korpás kifli[1] Krémtúró[1,3,7] E: 290kcal Zsír: 8g Tel.zsír.: 4g Feh.: 15g CH: 39g Cuk.: 16g Só: 0,4g Ca: 77mg Ca (tej): 66mg	Fokhagymás sajttal szórt kifli[1] E: 57kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: 0g Feh.: 2g CH: 11g Cuk.: g Só: 0,3g Ca: 8mg Ca (tej): mg
Energia:	1 075,77kcal	688,05kcal	523,47kcal	777,25kcal	639,13kcal
Zsír:	40,73g	22,07g	20,38g	27,76g	17,30g
Telített zsírsav:	3,85g	3,02g	2,76g	9,34g	4,17g
Fehérje:	46,75g	27,99g	19,73g	41,12g	30,11g
Szénhidrát:	127,31g	92,01g	63,46g	88,41g	88,09g
Cukor:	16,15g	26,82g	18,94g	23,99g	10,85g
Só:	1,40g	2,59g	2,26g	2,12g	2,00g
Ca:	218,14mg	248,29mg	92,43mg	423,62mg	92,00mg
Ca (tej):	180,00mg	184,80mg	15,00mg	261,00mg	mg

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt