



## Heti étlap 2022.10.03. - 2022.10.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Margarin, Csirkemell sonka			Kakaó (rizstej), Félbarna kenyér, Margarin, Felvágott*			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Margarin, Pizzasonka, Paradicsom			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Főtt tojás, Margarin			Tejeskávé, Margarin, Félbarna kenyér, Csemegekaraaj, Zöldpaprika		
		Energia: 201,87 Kcal / 843,82 Kj			Energia: 251,33 Kcal / 1 050,56 Kj			Energia: 209,25 Kcal / 874,67 Kj			Energia: 192,50 Kcal / 804,65 Kj			Energia: 226,85 Kcal / 948,23 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8,06 g	7,71 g	2,01 g	12,71 g	11,30 g	4,07 g	6,82 g	9,27 g	1,90 g	4,97 g	8,63 g	2,21 g	9,92 g	9,49 g	3,08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	24,80 g	7,49 g	0,04 g	24,16 g	4,00 g	0,00 g	24,20 g	7,49 g	0,04 g	23,46 g	7,49 g	0,00 g	25,17 g	5,00 g	0,07 g	
	<b>Tízórai</b>	Alma			Szőlő			Körte			Alma			Banán		
		Energia: 13,92 Kcal / 58,19 Kj			Energia: 32,25 Kcal / 134,81 Kj			Energia: 21,19 Kcal / 88,57 Kj			Energia: 13,91 Kcal / 58,14 Kj			Energia: 41,98 Kcal / 175,48 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,16 g	0,16 g	0,00 g	0,24 g	0,12 g	0,00 g	0,16 g	0,12 g	0,00 g	0,16 g	0,16 g	0,00 g	0,52 g	0,04 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	2,80 g	0,00 g	0,00 g	7,24 g	0,00 g	0,00 g	4,80 g	0,00 g	0,00 g	2,80 g	0,00 g	0,00 g	9,68 g	0,00 g	0,00 g	
	<b>Ebéd</b>	Vagdalt, Zöldbabfőzelék			Párolt pulykafelsőcomb*, Kelbimbőfőzelék			Párolt sertéscomb , Zöldségfőzelék			Párolt sertéscomb , Karfiolfőzelék			Párolt csirkecomb, Tökfőzelék tejO		
		Energia: 245,93 Kcal / 1 027,99 Kj			Energia: 150,19 Kcal / 627,79 Kj			Energia: 143,98 Kcal / 601,84 Kj			Energia: 159,26 Kcal / 665,71 Kj			Energia: 172,69 Kcal / 721,84 Kj		
Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
9,43 g		15,60 g	3,54 g	13,60 g	7,96 g	1,98 g	11,02 g	5,31 g	1,40 g	12,76 g	7,60 g	1,69 g	3,54 g	9,33 g	1,07 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
16,56 g	0,00 g	0,00 g	5,97 g	0,00 g	0,00 g	12,85 g	0,00 g	0,00 g	9,73 g	0,00 g	0,00 g	18,14 g	0,00 g	0,00 g		





### Heti étlap 2022.10.03. - 2022.10.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Uzsonna</b>	Teljes kiőrlésű kenyér, Szezámos margarinkrém, Zöldpaprika			Félbarna kenyér, Margarin, Párizsi, Pritamin paprika			Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldfűszeres szendvicskrém			Félbarna kenyér, Margarin, Felvágott*, Uborka			Félbarna kenyér, Margarin		
		Energia: 133,92 Kcal / 559,79 Kj			Energia: 149,29 Kcal / 624,03 Kj			Energia: 154,98 Kcal / 647,82 Kj			Energia: 174,79 Kcal / 730,62 Kj			Energia: 141,12 Kcal / 589,88 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3,94 g	6,05 g	1,23 g	3,43 g	7,72 g	2,03 g	3,44 g	8,57 g	3,88 g	7,68 g	8,74 g	2,38 g	2,96 g	7,30 g	1,90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15,75 g	0,00 g	0,00 g	16,33 g	0,00 g	0,00 g	15,84 g	0,00 g	0,00 g	16,15 g	0,00 g	0,00 g	15,73 g	0,00 g	0,00 g		

Paksi Bóbita Bölcsőde és Konyha

A változtatás jogát fenntartjuk!

