



Heti étlap 2022.10.03. - 2022.10.07.

**(00479) Bölcsi
(1-2 éves)**

	hétfő		kedd			szerda			csütörtök			péntek			
Reggeli	Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Margarin, Csirkemell sonka		Kakaó, Félbarna kenyér, Kockasajt			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Margarin, Pizzasonka, Paradicsom			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Főtt tojás, Margarin			Tejeskávé, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Csemegekaraj, Zöldpaprika			
	Energia: 201,87 Kcal / 843,82 Kj		Energia: 211,57 Kcal / 884,36 Kj			Energia: 209,27 Kcal / 874,75 Kj			Energia: 192,50 Kcal / 804,65 Kj			Energia: 299,53 Kcal / 1 252,04 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	8,65 g	3,73 g	1,77 g	6,82 g	9,27 g	1,90 g	4,97 g	8,63 g	2,21 g	12,13 g	11,39 g	3,60 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	35,61 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	36,93 g	5,00 g	0,07 g
	Alma		Szőlő			Körte			Alma			Banán			
	Energia: 13,92 Kcal / 58,19 Kj		Energia: 32,25 Kcal / 134,81 Kj			Energia: 21,20 Kcal / 88,62 Kj			Energia: 13,91 Kcal / 58,14 Kj			Energia: 41,99 Kcal / 175,52 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
	Vagdalt, Zöldbabfőzelék		Párolt pulykafelsőcomb*, Kelbimbófőzelék			Párolt sertéscomb , Zöldségfőzelék			Párolt sertéscomb , Karfiolfőzelék			Párolt csirkecomb, Tökfőzelék			
	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: 191,32 Kcal / 799,72 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	3,87 g	10,63 g	1,72 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	19,57 g	0,00 g	0,00 g	





Heti étlap 2022.10.03. - 2022.10.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Uzsonna	Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér, Szezámós vajkrém*			Félbarna kenyér, Margarin, Párizsi, Paradicsom			Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldfűszeres szendvicskrém			Félbarna kenyér, Uborka, Vajkrém			Margarin, Félbarna kenyér		
		Energia: 212,87 Kcal / 889,80 Kj			Energia: 201,50 Kcal / 842,27 Kj			Energia: 206,47 Kcal / 863,04 Kj			Energia: 138,90 Kcal / 580,60 Kj			Energia: 192,86 Kcal / 806,15 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6,97 g	8,89 g	2,57 g	5,36 g	7,90 g	2,05 g	5,46 g	8,93 g	3,88 g	5,10 g	1,32 g	0,38 g	4,92 g	7,50 g	1,90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25,99 g	0,00 g	0,00 g	26,99 g	0,00 g	0,00 g	25,82 g	0,00 g	0,00 g	26,49 g	0,00 g	0,00 g	26,19 g	0,00 g	0,00 g		

Paksi Bóbita Bölcsőde és Konyha

A változtatás jogát fenntartjuk!

