



## Heti étlap 2022.10.10. - 2022.10.14.

**(00160) Bölcsi  
(1-2 éves)  
tejmentes**

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Reggeli</b>	Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Margarin, Minidzsem			Kakaó (rizstej), Félbarna kenyér, Margarin, Tavaszi felvágott*			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér, Margarin, Felvágott*			Gyümölcsstea, Zabkása te-szoO			Tejeskávé (rizstej), Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Gépsonka, Uborka		
	Energia: 214,91 Kcal / 898,32 KJ			Energia: 222,36 Kcal / 929,46 KJ			Energia: 207,32 Kcal / 866,60 KJ			Energia: 223,91 Kcal / 935,94 KJ			Energia: 234,17 Kcal / 978,83 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	3,73 g	7,43 g	1,90 g	8,42 g	10,02 g	3,64 g	8,14 g	8,85 g	2,39 g	10,84 g	4,44 g	2,10 g	11,09 g	10,55 g	3,39 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,89 g	15,37 g	0,00 g	24,12 g	4,00 g	0,04 g	23,48 g	7,49 g	0,00 g	34,45 g	16,09 g	0,00 g	23,43 g	5,00 g	0,70 g	
<b>Tízórai</b>	Alma			Szőlő			Körte			Banán			Alma		
	Energia: 13,92 Kcal / 58,19 KJ			Energia: 32,25 Kcal / 134,81 KJ			Energia: 21,20 Kcal / 88,62 KJ			Energia: 41,98 Kcal / 175,48 KJ			Energia: 13,91 Kcal / 58,14 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	0,52 g	0,04 g	0,00 g	0,16 g	0,16 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	9,68 g	0,00 g	0,00 g	2,80 g	0,00 g	0,00 g	
<b>Ebéd</b>	Húspuding, Zöldborsófőzelék tejO			Párolt sertéscomb , Karalábéfőzelék			Sült hal , Burgonyapüré			Párolt sertéscomb , Zellerfőzelék bö**			Párolt cs.mell, Kelbimbófőzelék		
	Energia: 297,12 Kcal / 1 241,96 KJ			Energia: 237,34 Kcal / 992,08 KJ			Energia: 227,72 Kcal / 951,87 KJ			Energia: 211,33 Kcal / 883,36 KJ			Energia: 143,75 Kcal / 600,88 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	15,97 g	14,18 g	3,30 g	16,08 g	10,71 g	2,23 g	13,88 g	7,40 g	1,59 g	17,97 g	9,59 g	2,46 g	18,00 g	4,10 g	0,75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25,87 g	0,00 g	0,00 g	18,64 g	0,00 g	0,00 g	25,48 g	0,00 g	0,00 g	12,32 g	0,00 g	0,00 g	10,80 g	0,00 g	0,00 g	





### Heti étlap 2022.10.10. - 2022.10.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Uzsonna</b>	Teljes kiőrlésű kenyér, Sárgarépás marg.krém			Félbarna kenyér, Párizsikrém, Uborka			Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Párizsi, Paradicsom			Félbarna kenyér, Margarin, Zala felvágott, Pritamin paprika			Félbarna kenyér, Margarin, Felvágott*			
		Energia: 213,38 Kcal / 891,93 KJ			Energia: 160,03 Kcal / 668,93 KJ			Energia: 149,41 Kcal / 624,53 KJ			Energia: 194,05 Kcal / 811,13 KJ			Energia: 172,46 Kcal / 720,88 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
		3,47 g	14,59 g	3,81 g	3,38 g	9,05 g	2,40 g	3,49 g	7,94 g	2,05 g	6,32 g	11,34 g	3,35 g	7,48 g	8,72 g	2,39 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
16,75 g	0,00 g	0,00 g	16,08 g	0,00 g	0,00 g	15,81 g	0,00 g	0,00 g	16,45 g	0,00 g	0,04 g	15,81 g	0,00 g	0,00 g			

Paksi Bóbita Bölcsőde és Konyha

A változtatás jogát fenntartjuk!

