



Heti étlap 2022.10.10. - 2022.10.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00481) Ovi	Tízórai	Gyümölcsstea, Kakaós kalács			Kakaó, Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Tavaszai felvágott*			Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Sajt			Gyümölcsstea, Zabkása			Tejeskávé, Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Zöldpaprika, Gépsonka		
		Energia: 223,75 Kcal / 935,28 Kj			Energia: 224,15 Kcal / 936,95 Kj			Energia: 208,17 Kcal / 870,15 Kj			Energia: 297,63 Kcal / 1 244,09 Kj			Energia: 268,13 Kcal / 1 120,78 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4,81 g	4,23 g	1,73 g	6,96 g	10,81 g	3,66 g	3,51 g	7,93 g	2,14 g	10,86 g	4,39 g	1,47 g	11,54 g	10,82 g	3,15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		41,24 g	17,79 g	0,00 g	24,50 g	4,00 g	0,04 g	30,33 g	14,99 g	0,04 g	53,21 g	25,78 g	0,00 g	30,92 g	2,50 g	0,70 g
	Ebéd	Húsgombóclevés, Milánói makaróni			Karalábélevés, Vagdalt, Burgonya főzelék, Szőlő			Gyümölcsleves, Párizsi csirkemell, Burgonyapüré			Zöldséglevés, Lecsós sertésszelet, Tarhonya			Palócleves, Zabpelyhes meggyes sütemény		
		Energia: 521,07 Kcal / 2 178,07 Kj			Energia: 508,07 Kcal / 2 123,73 Kj			Energia: 598,19 Kcal / 2 500,43 Kj			Energia: 428,91 Kcal / 1 792,84 Kj			Energia: 518,34 Kcal / 2 166,66 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		34,42 g	14,34 g	4,54 g	16,93 g	20,79 g	5,33 g	25,62 g	21,30 g	5,05 g	20,65 g	18,80 g	3,19 g	14,39 g	15,08 g	4,19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		64,66 g	0,00 g	0,05 g	61,88 g	0,00 g	0,00 g	73,96 g	14,99 g	0,00 g	43,70 g	0,00 g	1,50 g	78,83 g	17,58 g	0,00 g
	Uzsonna	Zsemle, Sárgarépás vajkrém			Zsemle, Párizsikrém, Uborka			Zsemle, Margarin, Sajtós párizsi, Paradicsom			Zsemle, Margarin, Zala felvágott, Pritamin paprika			Sajtós rúd		
		Energia: 191,05 Kcal / 798,59 Kj			Energia: 232,85 Kcal / 973,31 Kj			Energia: 225,15 Kcal / 941,13 Kj			Energia: 225,74 Kcal / 943,59 Kj			Energia: 127,85 Kcal / 534,41 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4,20 g	8,33 g	3,88 g	4,27 g	13,54 g	3,64 g	6,58 g	11,12 g	3,32 g	7,14 g	11,32 g	3,35 g	5,67 g	2,60 g	1,49 g
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
24,55 g		0,00 g	0,60 g	23,21 g	0,00 g	0,60 g	24,42 g	0,00 g	1,16 g	23,56 g	0,00 g	0,64 g	20,45 g	0,00 g	0,30 g	

Paksi Bóbita Bölcsőde és Konyha

A változtatás jogát fenntartjuk!

