



Heti étlap 2023.09.11. - 2023.09.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00161) Szója- tejmentes ovi*						
	Tízórai					
		Vaníliástej (rizstej), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Párizsi	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Felvágott	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Csirkemell sonka, Uborka	Gyümölcsstea, Zabkása (1)	Tejeskávé (rizstej), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Pulykasonka, Zöldhagyma csomós
		Energia: 280,74 Kcal / 1 173,49 KJ	Energia: 234,59 Kcal / 980,59 KJ	Energia: 231,49 Kcal / 967,63 KJ	Energia: 278,55 Kcal / 1 164,34 KJ	Energia: 274,60 Kcal / 1 147,83 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10,26 g10,51 g3,54 g	7,66 g8,98 g2,39 g	7,78 g7,86 g2,01 g	11,73 g4,96 g2,40 g	11,82 g10,03 g3,08 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		35,68 g6,49 g0,00 g	30,39 g14,99 g0,00 g	32,05 g14,99 g0,04 g	45,91 g24,82 g0,00 g	33,95 g5,00 g0,04 g
	Ebéd					
		Májgombóclevés (1,3), Szilvás gombóc (1)	Lebbencslevés (1,3), Sült tarja, Finomfőzelék (1), Sárgadinnye	Parajkrémlevés (1), Óvári csirkemell (1), Tricolor rizs, Cékla savanyúság	Tavaszi leves (1,3), Csikós tokány (1), Tésztaköret (1), Körte	Temesvári gulyáslevés (1), Sokmagvas rúd (1)
		Energia: 525,62 Kcal / 2 197,09 KJ	Energia: 600,97 Kcal / 2 512,05 KJ	Energia: 611,43 Kcal / 2 555,78 KJ	Energia: 552,46 Kcal / 2 309,28 KJ	Energia: 568,07 Kcal / 2 374,53 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		17,94 g16,30 g2,24 g	20,32 g33,84 g11,71 g	34,26 g25,08 g3,40 g	25,26 g20,45 g4,34 g	22,97 g21,97 g4,10 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		74,14 g9,79 g0,00 g	52,40 g0,00 g0,00 g	61,34 g0,00 g0,00 g	65,94 g0,00 g0,00 g	69,23 g5,99 g0,00 g
	Uzsonna					
		Zsemle (1), Pritaminpaprikás marg.krém	Zsemle (1), Margarin, Csemegekaraj, Paradicsom	Zsemle (1), Tojáskrém (3), Uborka	Margarin, Zsemle (1), Zala felvágott, Zöldpaprika	Félbarna kenyér (1), Margarin, Minidzsem
		Energia: 239,30 Kcal / 1 000,27 KJ	Energia: 199,31 Kcal / 833,12 KJ	Energia: 166,53 Kcal / 696,10 KJ	Energia: 225,75 Kcal / 943,64 KJ	Energia: 231,77 Kcal / 968,80 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3,98 g14,33 g3,80 g	7,38 g7,88 g2,09 g	5,86 g5,48 g1,38 g	7,14 g11,32 g3,36 g	5,03 g7,50 g1,90 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		23,33 g0,00 g0,60 g	24,48 g0,00 g0,67 g	23,24 g0,00 g0,60 g	23,56 g0,00 g0,64 g	35,68 g7,87 g0,00 g

Paksi Bóbita Bölcsőde és Konyha

A változtatás jogát fenntartjuk!

Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogyorót, (8) halat, (9) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!



2023.08.28. 14:14:37 | QB - Élelem