



Heti étlap 2023.09.11. - 2023.09.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00481) Ovi	Tízórai	Vaníliástej (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Párizsi	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Lapkasajt (2)	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Csirkemell sonka	Gyümölcsstea, Zabkása (1,2)	Tejeskávé (2), Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Pulykasonka, Zöldhagyma csomós
		Energia: 313,04 Kcal / 1 308,51 KJ	Energia: 260,11 Kcal / 1 087,26 KJ	Energia: 229,14 Kcal / 957,81 KJ	Energia: 297,63 Kcal / 1 244,09 KJ	Energia: 296,13 Kcal / 1 237,82 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		10,41 g12,46 g4,32 g	6,24 g12,30 g4,72 g	7,58 g7,84 g2,01 g	10,86 g4,39 g1,47 g	11,92 g11,33 g3,60 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		39,43 g6,49 g0,00 g	30,69 g14,99 g0,00 g	31,71 g14,99 g0,04 g	53,21 g25,78 g0,00 g	36,45 g5,00 g0,04 g
	Ebéd	Májgombóclevés (1,3), Túrógombóc (1,2,3)	Lebbencslevés (1,3), Sült tarja, Finomfőzelék (1), Sárgadinnye	Parajkrémleves (1,2), Óvári csirkemell (1,2), Tricolor rizs, Cékla savanyúság	Tavaszi leves (1,3), Csikós tokány (1,2), Tésztaköret (1), Körte	Temesvári gulyásleves (1), Sokmagvas rúd (1,2,3)
		Energia: 543,19 Kcal / 2 270,53 KJ	Energia: 590,15 Kcal / 2 466,83 KJ	Energia: 578,90 Kcal / 2 419,80 KJ	Energia: 503,57 Kcal / 2 104,92 KJ	Energia: 565,14 Kcal / 2 362,29 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		34,79 g18,94 g4,68 g	19,89 g33,79 g11,71 g	33,32 g23,43 g3,76 g	22,88 g19,97 g5,03 g	21,86 g24,65 g5,62 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		57,67 g7,99 g0,00 g	50,24 g0,00 g0,00 g	57,91 g0,00 g0,03 g	57,32 g0,00 g0,00 g	63,56 g5,39 g0,00 g
	Uzsonna	Zsemle (1), Pritaminpaprikás vajkrém (2)	Zsemle (1), Margarin, Csemegekaraj, Paradicsom	Zsemle (1), Tojáskrém (2,3), Uborka	Zsemle (1), Margarin, Zala felvágott, Zöldpaprika	Túrós táska (1,2,3)
		Energia: 184,92 Kcal / 772,97 KJ	Energia: 199,31 Kcal / 833,12 KJ	Energia: 178,29 Kcal / 745,25 KJ	Energia: 225,75 Kcal / 943,64 KJ	Energia: 254,00 Kcal / 1 061,72 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		3,98 g8,33 g3,87 g	7,38 g7,88 g2,09 g	5,86 g6,78 g1,74 g	7,14 g11,32 g3,36 g	7,70 g6,70 g4,92 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		23,30 g0,00 g0,60 g	24,48 g0,00 g0,67 g	23,25 g0,00 g0,60 g	23,56 g0,00 g0,64 g	40,30 g14,60 g0,20 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. 14:13:21 | QB - Élelem