



Heti étlap 2023.09.25. - 2023.09.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00480) Bölcsi (2-3 éves)	Reggeli					
		Vaníliástej (2), Félbarna kenyér (1), Margarin, Csirkemell sonka, Retek	Gyümölcstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Párizsi	Gyümölcstea, Félbarna kenyér (1), Kockasajt (2)	Gyümölcstea, Főtt virsli, Kifli (1,2,3)	Tejeskávé (2), Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Pulykamellsonka, Pritamin paprika
		Energia: 308,03 Kcal / 1 287,57 KJ	Energia: 180,25 Kcal / 753,45 KJ	Energia: 172,70 Kcal / 721,89 KJ	Energia: 247,83 Kcal / 1 035,93 KJ	Energia: 299,51 Kcal / 1 251,95 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		13,00 g10,60 g3,52 g	3,86 g7,79 g2,04 g	6,94 g5,43 g2,97 g	9,80 g8,44 g3,06 g	12,13 g11,39 g3,60 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		39,82 g6,49 g0,04 g	23,40 g7,49 g0,00 g	23,76 g7,49 g0,00 g	32,83 g7,49 g0,60 g	36,93 g5,00 g0,60 g
	Tízórai					
		Alma	Szőlő	Alma	Körte	Alma
		Energia: 13,92 Kcal / 58,19 KJ	Energia: 48,38 Kcal / 202,23 KJ	Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ	Energia: 31,80 Kcal / 132,92 KJ	Energia: 13,92 Kcal / 58,19 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0,16 g0,16 g0,00 g	0,36 g0,18 g0,00 g	0,24 g0,24 g0,00 g	0,24 g0,18 g0,00 g	0,16 g0,16 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		2,80 g0,00 g0,00 g	10,86 g0,00 g0,00 g	4,20 g0,00 g0,00 g	7,20 g0,00 g0,00 g	2,80 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Sült csirkecomb, Gyümölcsmártás (1,2), Pirított dara (1)	Gulyásleves (1,3), Sajtos pogácsa (1,2,3)	Párolt pulykamell, Kelbimbófőzelék (1)	Sült csirkemell, Csőben sült karfiol (1,2)	Párolt sertéscomb, Karalábefőzelék (1)
		Energia: 436,66 Kcal / 1 825,24 KJ	Energia: 290,30 Kcal / 1 213,45 KJ	Energia: 229,39 Kcal / 958,85 KJ	Energia: 204,60 Kcal / 855,23 KJ	Energia: 179,31 Kcal / 749,52 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		16,48 g12,32 g2,25 g	13,72 g9,77 g2,28 g	16,23 g12,85 g2,52 g	17,48 g10,19 g3,58 g	13,42 g8,95 g2,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		63,62 g17,99 g0,00 g	36,53 g2,40 g0,02 g	11,93 g0,00 g0,00 g	10,54 g0,00 g0,02 g	10,94 g0,00 g0,00 g



2023.09.04. 13:48:23 | QB - Élelem



Heti étlap 2023.09.25. - 2023.09.29.

Uzsonna															
	Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Zöldfűszeres szendvicskrém (2)			Gyümölcstea, Félbarna kenyér (1), Halkrém (2,8), Uborka			Gyümölcstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Zala felvágott			Gyümölcstea, Félbarna kenyér (1), Sonkakrém (2), Paradicsom			Gyümölcstea, Sonkás croissant (1,2,3)		
	Energia: 241,33 Kcal / 1 008,76 Kj			Energia: 242,11 Kcal / 1 012,02 Kj			Energia: 276,12 Kcal / 1 154,18 Kj			Energia: 228,34 Kcal / 954,46 Kj			Energia: 133,90 Kcal / 559,70 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	6,12 g	9,06 g	3,88 g	9,03 g	7,45 g	3,09 g	8,85 g	12,01 g	3,35 g	9,16 g	5,74 g	1,45 g	9,86 g	21,03 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	33,49 g	7,49 g	0,00 g	34,40 g	7,49 g	0,00 g	32,78 g	7,49 g	0,04 g	34,70 g	7,49 g	0,00 g	54,67 g	7,49 g	0,00 g

Paksi Bóbita Bölcsőde és KonyhaA változtatás jogát fenntartjuk!

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

