



Heti étlap 2023.09.25. - 2023.09.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00481) Ovi	Tízórai	Vaníliastej (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Csirkemell sonka, Retek	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Párizsi	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Kockasajt (2), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Főtt virsli, Kifli (1,2,3)	Tejeskávé (2), Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Pulykamellsonka, Pritamin paprika
		Energia: 337,57 Kcal / 1 411,04 KJ	Energia: 207,52 Kcal / 867,43 KJ	Energia: 203,88 Kcal / 852,22 KJ	Energia: 298,65 Kcal / 1 248,36 KJ	Energia: 299,51 Kcal / 1 251,95 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,85 g12,40 g4,28 g	3,38 g7,92 g2,04 g	6,70 g5,62 g2,97 g	10,48 g10,33 g3,83 g	12,13 g11,39 g3,60 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		41,27 g6,49 g0,04 g	30,31 g14,99 g0,00 g	31,27 g14,99 g0,00 g	40,48 g14,99 g0,60 g	36,93 g5,00 g0,60 g
	Ebéd	Májgombóclevés (1,3), Darás metélt ízzel (1)	Húslevés (1,3), Főtt karaj, Paradicsomos káposztafőzelék (1), Szőlő	Meggylevés (1,2), Zöldséges csirkemell (1,2), Párolt rizs	Zöldséglevés (1,3), Savanyú vetrecre (1,2,6), Nokedli (1,3), Körte	Becsínált leves (1,2,3), Reszelt almás sütemény (1,3)
		Energia: 540,00 Kcal / 2 257,20 KJ	Energia: 506,95 Kcal / 2 119,05 KJ	Energia: 529,28 Kcal / 2 212,39 KJ	Energia: 514,75 Kcal / 2 151,66 KJ	Energia: 512,38 Kcal / 2 141,75 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		23,23 g9,26 g1,58 g	24,89 g14,85 g2,98 g	24,23 g10,44 g3,32 g	23,00 g17,77 g4,40 g	20,14 g17,86 g4,11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		90,18 g5,99 g0,00 g	66,73 g9,99 g1,75 g	82,77 g23,98 g0,00 g	64,84 g0,00 g0,00 g	67,05 g28,77 g0,00 g
	Uzsonna	Zsemle (1), Zöldfűszeres szendvicskrém (2)	Zsemle (1), Halkrém (2,8), Uborka	Zsemle (1), Margarin, Zala felvágott	Sonkakrém (2), Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Sonkás croissant (1,2,3)
		Energia: 223,40 Kcal / 933,81 KJ	Energia: 187,21 Kcal / 782,54 KJ	Energia: 221,83 Kcal / 927,25 KJ	Energia: 229,15 Kcal / 957,85 KJ	Energia: 99,04 Kcal / 413,99 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		4,19 g12,31 g5,81 g	7,23 g7,10 g3,09 g	6,90 g11,26 g3,35 g	8,66 g10,01 g2,55 g	9,20 g20,90 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		23,69 g0,00 g0,60 g	23,38 g0,00 g0,60 g	22,96 g0,00 g0,64 g	25,85 g0,00 g0,00 g	47,00 g0,00 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!

