



Heti étlap 2023.10.09. - 2023.10.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00481) Ovi	Tízórai					
		Vaníliastej (2), Kuglóf (1,2,3)	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Zala felvágott	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Sajt (2)	Gyümölcsstea, Kifli (1,2,3), Vaníliás túrókrém (2)	Tejeskávé (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Pulykasonka, Zöldpaprika
		Energia: 232,66 Kcal / 972,52 KJ	Energia: 303,75 Kcal / 1 269,68 KJ	Energia: 208,17 Kcal / 870,15 KJ	Energia: 239,17 Kcal / 999,73 KJ	Energia: 299,53 Kcal / 1 252,04 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8,41 g7,06 g3,65 g	8,28 g11,90 g3,36 g	3,51 g7,93 g2,14 g	8,68 g1,36 g0,58 g	12,13 g11,39 g3,60 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		33,59 g9,79 g0,00 g	40,41 g14,99 g0,04 g	30,33 g14,99 g0,04 g	47,66 g20,78 g0,60 g	36,93 g5,00 g0,04 g
	Ebéd					
		Magyaros burgonyaleves (1,3), Milánói makaróni (1)	Tojásleves (1,3), Főtt virsli, Babfőzelék (1), Szőlő	Gyümölcsleves (1,2), Sült csirkecomb, Budapest ragu, Párolt rizs	Zellerkrémleves (1,2), Hentes tokány, Tésztaköret (1), Körte	Pulykaraguleves (1,3), Zabpelyhes meggyes sütemény (1)
		Energia: 566,92 Kcal / 2 369,73 KJ	Energia: 473,80 Kcal / 1 980,48 KJ	Energia: 529,19 Kcal / 2 212,01 KJ	Energia: 621,16 Kcal / 2 596,45 KJ	Energia: 574,59 Kcal / 2 401,79 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		33,11 g11,91 g3,76 g	18,49 g22,35 g5,41 g	25,73 g20,48 g3,38 g	25,82 g31,75 g7,92 g	17,19 g20,75 g4,84 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		82,52 g0,00 g0,27 g	48,52 g0,00 g0,00 g	58,83 g9,99 g0,00 g	56,81 g0,00 g0,00 g	77,36 g17,58 g0,00 g
	Uzsonna					
		Zsemle (1), Margarin, Csirkemell sonka, Zöldpaprika	Zsemle (1), Lenmagos vajkrém (2), Uborka	Zsemle (1), Pritaminpaprikás vajkrém (2)	Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Retek, Párizsi	Sajtos croissant (1,2,3)
		Energia: 202,62 Kcal / 846,95 KJ	Energia: 255,02 Kcal / 1 065,98 KJ	Energia: 184,92 Kcal / 772,97 KJ	Energia: 199,42 Kcal / 833,58 KJ	Energia: 150,00 Kcal / 627,00 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8,46 g7,62 g2,01 g	6,58 g14,61 g5,01 g	3,98 g8,33 g3,87 g	5,55 g8,28 g2,04 g	9,20 g20,90 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		24,84 g0,00 g0,64 g	24,01 g0,00 g0,60 g	23,30 g0,00 g0,60 g	25,43 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!



2023.09.05. 13:46:10 | QB - Élelem