

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00480) Bölcsi (2-3 éves)	Reggeli	Vaníliastej (2), Félbarna kenyér (1), Margarin, Sajtos párizsi (2)		Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Lapkasajt (2)		Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Zala felvágott, Zöldpaprika		Gyümölcsstea, Kifli (1,2,3), Főtt virsli		Tejeskávé (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Csemegekaraj, Uborka						
		Energia: 327,20 Kcal / 1 367,70 KJ		Energia: 284,57 Kcal / 1 189,50 KJ		Energia: 280,64 Kcal / 1 173,08 KJ		Energia: 247,83 Kcal / 1 035,93 KJ		Energia: 297,95 Kcal / 1 245,43 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		10,92 g	14,10 g	4,83 g	8,68 g	12,37 g	4,72 g	8,94 g	11,67 g	3,36 g	9,80 g	8,44 g	3,06 g	12,09 g	11,35 g	3,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38,76 g	6,49 g	0,56 g	34,24 g	7,49 g	0,00 g	34,58 g	7,49 g	0,04 g	32,83 g	7,49 g	0,60 g	36,67 g	5,00 g	0,07 g
	Tízórai	Alma		Banán		Rostos gyümölcslé		Alma		Narancs						
		Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ		Energia: 62,98 Kcal / 263,26 KJ		Energia: 29,24 Kcal / 122,22 KJ		Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ		Energia: 24,84 Kcal / 103,83 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		0,24 g	0,24 g	0,00 g	0,78 g	0,06 g	0,00 g	0,04 g	0,00 g	0,00 g	0,24 g	0,24 g	0,00 g	0,36 g	0,12 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		4,20 g	0,00 g	0,00 g	14,52 g	0,00 g	0,00 g	7,00 g	0,00 g	0,00 g	4,20 g	0,00 g	0,00 g	5,10 g	0,00 g	0,00 g
	Ebéd	Csorbaleves (1,2,3), Ízes Derelye (1)		Pulykaraguleves (1,3), Reszelt almás sütemény (1,3)		Párolt cs.mell, Burgonyafőzelék (1,2), Banán		Rakott brokkoli (2)		Párolt pulykamell, Zellerfőzelék (1,5)						
		Energia: 362,05 Kcal / 1 513,37 KJ		Energia: 248,94 Kcal / 1 040,57 KJ		Energia: 297,82 Kcal / 1 244,89 KJ		Energia: 253,13 Kcal / 1 058,08 KJ		Energia: 262,78 Kcal / 1 098,42 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		15,66 g	10,83 g	3,22 g	7,43 g	10,35 g	2,06 g	19,71 g	1,47 g	0,43 g	12,75 g	15,33 g	4,83 g	18,49 g	14,60 g	3,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		49,06 g	2,99 g	0,00 g	30,92 g	9,99 g	0,00 g	52,58 g	0,00 g	0,00 g	15,73 g	0,00 g	0,00 g	13,09 g	0,00 g	0,00 g



Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Tojáskrém (2,3), Paradicsom			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Csirkemell sonka, Retek			Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Medvehagymás vajkrém (2)			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Szezámós vajkrém (2,10), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Fahéjas csiga (1,2,3)		
			Energia: 220,75 Kcal / 922,74 Kj			Energia: 256,51 Kcal / 1 072,21 Kj			Energia: 222,26 Kcal / 929,05 Kj			Energia: 301,82 Kcal / 1 261,61 Kj			Energia: 290,86 Kcal / 1 215,79 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
7,27 g	6,27 g	1,41 g	10,26 g	7,93 g	2,01 g	5,76 g	7,43 g	3,09 g	8,60 g	13,91 g	4,27 g	4,46 g	12,43 g	0,00 g			
33,50 g	7,49 g	0,00 g	35,70 g	7,49 g	0,04 g	32,77 g	7,49 g	0,00 g	35,15 g	7,49 g	0,00 g	38,57 g	7,49 g	0,00 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) diófélét, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

