

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek								
(00480) Bölcsi (2-3 éves)	Reggeli	Kakaó (2), Félbarna kenyér (1), Margarin, Pizzasonka, Uborka	Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Kockasajt (2), Pritamin paprika	Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Gépsonka, Paradicsom	Karamell (2), Félbarna kenyér (1), Margarin, Pulykasonka, Zöldpaprika								
		Energia: 305,15 Kcal / 1 275,53 KJ	Energia: 228,35 Kcal / 954,50 KJ	Energia: 263,43 Kcal / 1 101,14 KJ	Energia: 349,44 Kcal / 1 460,66 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11,80 g	12,45 g	3,61 g	9,14 g	5,69 g	2,97 g	10,30 g	9,09 g	2,40 g	13,66 g	12,32 g	4,36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,98 g	4,00 g	0,04 g	34,82 g	7,49 g	0,00 g	34,74 g	7,49 g	0,70 g	45,57 g	9,99 g	0,04 g
	Tízórai	Alma	Banán	Narancs	Alma								
		Energia: 13,92 Kcal / 58,19 KJ	Energia: 62,98 Kcal / 263,26 KJ	Energia: 24,85 Kcal / 103,87 KJ	Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,16 g	0,16 g	0,00 g	0,78 g	0,06 g	0,00 g	0,36 g	0,12 g	0,00 g	0,24 g	0,24 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2,80 g	0,00 g	0,00 g	14,52 g	0,00 g	0,00 g	5,10 g	0,00 g	0,00 g	4,20 g	0,00 g	0,00 g
	Ebéd	Párolt sertéslapocka, Zöldbabfőzelék (1,2)	Sertésraguleves (1,3), Almás darafelfűjt (1,2,3)	Tejszínes-kukoricás cs.mell (1,2), Tésztaköret (1)	Párolt csirkecomb, Sóskamártás (1), Főtt burgonya								
		Energia: 271,35 Kcal / 1 134,24 KJ	Energia: 445,58 Kcal / 1 862,52 KJ	Energia: 312,22 Kcal / 1 305,08 KJ	Energia: 292,72 Kcal / 1 223,57 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,10 g	19,75 g	5,11 g	17,51 g	11,42 g	3,50 g	17,40 g	12,46 g	3,38 g	13,97 g	7,35 g	1,09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		10,83 g	0,00 g	0,00 g	67,59 g	17,98 g	0,00 g	32,30 g	0,00 g	0,00 g	41,20 g	7,49 g	0,00 g



Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

Uzsonna											
Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Házi májkrém (2)			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Tavaszi felvágott			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Lenmagos vajkrém (2)			Gyümölcsstea, Tönkölyös pogácsa (1,2,3)		
Energia: 189,05 Kcal / 790,23 Kj			Energia: 230,06 Kcal / 961,65 Kj			Energia: 278,89 Kcal / 1 165,76 Kj			Energia: 171,46 Kcal / 716,70 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
7,34 g	2,93 g	0,89 g	5,81 g	7,77 g	1,95 g	7,65 g	12,07 g	4,00 g	5,36 g	0,48 g	0,00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,05 g	7,49 g	0,00 g	33,90 g	7,49 g	0,04 g	34,51 g	7,49 g	0,00 g	36,17 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, szulfitot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

