

Heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00481) Ovi	Tízórai	Kakaó (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Pizzasonka			Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Gépsonka			Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Sajt (2), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Tejbedara (1,2)			Karamell (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Pulykasonka, Pörkölt alap		
		Energia: 302,18 Kcal / 1 263,11 KJ			Energia: 286,06 Kcal / 1 195,73 KJ			Energia: 212,08 Kcal / 886,49 KJ			Energia: 302,86 Kcal / 1 265,95 KJ			Energia: 402,23 Kcal / 1 681,32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11,75 g	12,83 g	3,61 g	9,68 g	9,34 g	2,38 g	3,75 g	7,99 g	2,14 g	8,22 g	3,17 g	1,62 g	16,45 g	14,46 g	4,36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	34,44 g	4,00 g	0,04 g	40,37 g	14,99 g	0,70 g	30,93 g	14,99 g	0,04 g	59,89 g	35,97 g	0,00 g	50,77 g	9,99 g	0,04 g	
	Ebéd	Csirkegulyás (1,3), Carbonara spagetti (1,2), Alma			Sertésraguleves (1,3), Főtt tojás (3), Parajfőzelék (1,2), Túró Rudi (2)			Zellerkrémleves (1,2), Sült csirkecomb, Budapest ragu, Párolt rizs, Banán			Zöldbaleves (1,3), Paprikás csirke (1,2), Tésztaköret (1), Narancs			Frankfurti leves (1,2), Barack sütemény (1,3)		
		Energia: 644,20 Kcal / 2 692,76 KJ			Energia: 558,67 Kcal / 2 335,24 KJ			Energia: 616,29 Kcal / 2 576,09 KJ			Energia: 530,30 Kcal / 2 216,65 KJ			Energia: 532,57 Kcal / 2 226,14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		32,55 g	25,18 g	5,53 g	30,35 g	30,05 g	5,42 g	27,59 g	27,67 g	4,60 g	29,16 g	20,86 g	3,62 g	16,29 g	25,07 g	8,07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	70,47 g	0,00 g	0,42 g	40,22 g	0,00 g	1,10 g	62,75 g	0,00 g	0,00 g	55,28 g	0,00 g	0,00 g	59,69 g	18,46 g	0,00 g	
	Uzsonna	Zsemle (1), Tonhalkrém (2,8), Uborka			Zsemle (1), Tökmagos vajkrém (2), Retek			Zsemle (1), Margarin, Tavaszi felvágott			Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Párizsi, Paradicsom			Sonkás croissant (1,2,3)		
		Energia: 220,82 Kcal / 923,03 KJ			Energia: 245,93 Kcal / 1 027,99 KJ			Energia: 175,16 Kcal / 732,17 KJ			Energia: 200,89 Kcal / 839,72 KJ			Energia: 99,04 Kcal / 413,99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
6,95 g		10,99 g	2,87 g	6,80 g	13,52 g	4,28 g	4,01 g	7,42 g	1,94 g	5,50 g	8,30 g	2,03 g	9,20 g	20,90 g	0,00 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
23,24 g	0,00 g	0,60 g	23,97 g	0,00 g	0,60 g	22,88 g	0,00 g	0,64 g	25,79 g	0,00 g	0,00 g	47,00 g	0,00 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) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!



2024.04.03. 9:47:51 | QB - Élelem