

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek | | | | | | | | | | |
|--------------------|----------------|---|---|---|---|---|------------|------------|---------|------------|------------|---------|------------|------------|---------|--------|
| (00481) Ovi | Tízórai | Vaníliastej (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Sajtós párizsi | Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Lapkasajt (2) | Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Zala felvágott, Zöldpaprika | Gyümölcsstea, Kifli (1,2,3), Főtt virsli | Tejeskávé (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Csemegekaraj, Uborka | | | | | | | | | | |
| | | Energia: 356,73 Kcal / 1 491,13 KJ | Energia: 311,59 Kcal / 1 302,45 KJ | Energia: 256,18 Kcal / 1 070,83 KJ | Energia: 298,65 Kcal / 1 248,36 KJ | Energia: 297,95 Kcal / 1 245,43 KJ | | | | | | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 12,77 g | 15,90 g | 5,59 g | 8,26 g | 12,66 g | 4,72 g | 6,50 g | 11,60 g | 3,35 g | 10,48 g | 10,33 g | 3,83 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 |
| | 40,21 g | 6,49 g | 0,56 g | 40,67 g | 14,99 g | 0,00 g | 31,03 g | 14,99 g | 0,04 g | 40,48 g | 14,99 g | 0,60 g | 36,67 g | 5,00 g | 0,07 g | |
| | Ebéd | Csorbaleves (1,2,3), Ízes Dereleje (1) | Tavaszeleves (1,3), Búbos hús (1,3), Zöldborsófőzelék (1), Alma | Rostos gyümölcslé, Rántott csirkecomb (filé) (1,3), Sütőben sült burgonya, Majonéz kukorica (2,6) | Zöldségleves (1,3), Chilis bab, Párolt rizs, Banán | Palócleves (1,2,3), Sajtós pogácsa (1,2,3), Narancs | | | | | | | | | | |
| | | Energia: 580,85 Kcal / 2 427,95 KJ | Energia: 495,91 Kcal / 2 072,90 KJ | Energia: 898,86 Kcal / 3 757,23 KJ | Energia: 610,30 Kcal / 2 551,05 KJ | Energia: 502,50 Kcal / 2 100,45 KJ | | | | | | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 23,97 g | 20,32 g | 5,01 g | 33,86 g | 15,94 g | 3,68 g | 39,20 g | 33,72 g | 5,61 g | 25,07 g | 20,20 g | 3,49 g | 24,21 g | 12,57 g | 4,01 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| | 73,33 g | 4,79 g | 0,00 g | 52,90 g | 0,00 g | 1,75 g | 68,12 g | 0,00 g | 0,00 g | 80,98 g | 0,00 g | 0,00 g | 72,07 g | 5,28 g | 0,03 g | |
| | Uzsonna | Zsemle (1), Tojáskrém (2,3), Paradicsom | Zsemle (1), Margarin, Csirkemell sonka, Retek | Zsemle (1), Medvehagymás vajkrém (2) | Teljes kiőrlésű kenyér (1), Szezámos vajkrém (2,10), Pritamin paprika | Fahéjas csiga (1,2,3) | | | | | | | | | | |
| | | Energia: 180,32 Kcal / 753,74 KJ | Energia: 201,61 Kcal / 842,73 KJ | Energia: 197,32 Kcal / 824,80 KJ | Energia: 266,35 Kcal / 1 113,34 KJ | Energia: 256,00 Kcal / 1 070,08 KJ | | | | | | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| 5,86 g | | 6,80 g | 1,75 g | 8,46 g | 7,58 g | 2,01 g | 3,83 g | 9,88 g | 4,64 g | 8,09 g | 14,18 g | 4,27 g | 3,80 g | 12,30 g | 0,00 g | |
| Szénhidrát | | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | |
| 23,71 g | 0,00 g | 0,60 g | 24,68 g | 0,00 g | 0,64 g | 23,03 g | 0,00 g | 0,60 g | 26,28 g | 0,00 g | 0,00 g | 30,90 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!

