

Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó (2), Félbarna kenyér (1), Margarin, Gépsonka, Uborka	Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Sajt (2)	Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Csemegekaraj	Tej (2), Gabonapehely (1)	Karamell (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Sajtós párizsi (2), Retek
		Energia: 307,58 Kcal / 1 285,68 KJ	Energia: 232,62 Kcal / 972,35 KJ	Energia: 249,83 Kcal / 1 044,29 KJ	Energia: 216,88 Kcal / 906,56 KJ	Energia: 373,69 Kcal / 1 562,02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,32 g 12,07 g 4,10 g	5,94 g 8,00 g 2,13 g	8,98 g 8,19 g 2,08 g	10,55 g 6,05 g 3,04 g	13,01 g 15,92 g 5,59 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		36,06 g 4,00 g 0,70 g	33,88 g 7,49 g 0,04 g	34,70 g 7,49 g 0,07 g	29,80 g 0,00 g 0,00 g	44,15 g 9,99 g 0,56 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Barack	Rostos gyümölcslé	Dinnye	Alma
		Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ	Energia: 24,81 Kcal / 103,71 KJ	Energia: 29,24 Kcal / 122,22 KJ	Energia: 24,90 Kcal / 104,08 KJ	Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,24 g 0,24 g 0,00 g	0,42 g 0,06 g 0,00 g	0,04 g 0,00 g 0,00 g	0,40 g 0,16 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	Szénhidrát Cukor Só
		4,20 g 0,00 g 0,00 g	5,40 g 0,00 g 0,00 g	7,00 g 0,00 g 0,00 g	5,20 g 0,00 g 0,00 g	4,20 g 0,00 g 0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt sertéslapocka, Tökfőzelék (1,2)	Párolt cs.mell, Karalábefőzelék (1)	Főtt tojás (3), Parajfőzelék (1,2), Alma	Párolt csirkecomb, Sárgarépa-főzelék (1)	Párolt sertéscomb, Zellerfőzelék (1,5)
		Energia: 270,41 Kcal / 1 130,31 KJ	Energia: 240,49 Kcal / 1 005,25 KJ	Energia: 226,57 Kcal / 947,06 KJ	Energia: 258,98 Kcal / 1 082,54 KJ	Energia: 218,56 Kcal / 913,58 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,62 g 18,19 g 5,33 g	26,24 g 5,95 g 1,02 g	13,68 g 9,53 g 2,39 g	12,80 g 7,31 g 1,13 g	18,98 g 9,40 g 2,49 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		14,59 g 0,00 g 0,00 g	23,41 g 0,00 g 0,00 g	21,05 g 0,00 g 0,00 g	34,63 g 7,50 g 0,00 g	13,34 g 0,00 g 0,00 g



## Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.26.

Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.26.															
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Vaj (2), Lekvár			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Zala felvágott, Paradicsom			Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Vajkrém (2), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Pulykamellsonka, Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Sajtos rúd (1,2,3)		
	Energia: 227,59 Kcal / 951,33 Kj			Energia: 281,11 Kcal / 1 175,04 Kj			Energia: 187,84 Kcal / 785,17 Kj			Energia: 253,75 Kcal / 1 060,68 Kj			Energia: 162,71 Kcal / 680,13 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,92 g	2,63 g	0,77 g	8,90 g	11,65 g	3,36 g	6,32 g	2,78 g	0,77 g	9,22 g	8,25 g	2,08 g	6,33 g	2,73 g	1,49 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44,63 g	7,49 g	0,00 g	34,78 g	7,49 g	0,04 g	34,13 g	7,49 g	0,00 g	35,30 g	7,49 g	0,60 g	28,12 g	7,49 g	0,30 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!

