

Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliastej (2), Félbarna kenyér (1), Margarin, Csirkemell sonka, Pritamin paprika		Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Gépsonka, Zöldpaprika		Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Párizsi, Retek		Gyümölcsstea, Kifli (1,2,3), Gyümölcsjoghurt (2)		Tejeskávé (2), Teljes kiőrlésű kenyér (1), Margarin, Tavaszi felvágott*						
		Energia: 309,05 Kcal / 1 291,83 KJ		Energia: 262,95 Kcal / 1 099,13 KJ		Energia: 234,89 Kcal / 981,84 KJ		Energia: 258,89 Kcal / 1 082,16 KJ		Energia: 275,84 Kcal / 1 153,01 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		13,00 g	10,64 g	3,53 g	10,34 g	9,11 g	2,38 g	6,05 g	8,01 g	2,03 g	8,29 g	4,06 g	1,95 g	8,72 g	10,91 g	3,47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		39,98 g	6,49 g	0,04 g	34,54 g	7,49 g	0,70 g	34,30 g	7,49 g	0,00 g	46,78 g	15,61 g	0,60 g	35,53 g	5,00 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Alma		Dinnye		Alma		Barack		Alma						
		Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ		Energia: 21,78 Kcal / 91,04 KJ		Energia: 24,35 Kcal / 101,78 KJ		Energia: 24,81 Kcal / 103,71 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	0,35 g	0,14 g	0,00 g	0,28 g	0,28 g	0,00 g	0,42 g	0,06 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	4,55 g	0,00 g	0,00 g	4,90 g	0,00 g	0,00 g	5,40 g	0,00 g	0,00 g	4,20 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt csirkecomb, Zöldbabfőzelék (1,2)		Párolt sertéslapocka, Zöldségfőzelék (1)		Párolt cs.mell, Zöldborsófőzelék (1)		Párolt sertéscomb, Karfiolfőzelék (1)		Párolt sertéslapocka, Kertészfőzelék (1)						
		Energia: 228,16 Kcal / 953,71 KJ		Energia: 216,91 Kcal / 906,68 KJ		Energia: 233,64 Kcal / 976,62 KJ		Energia: 228,52 Kcal / 955,21 KJ		Energia: 224,57 Kcal / 938,70 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,73 g	13,23 g	1,74 g	10,70 g	14,90 g	4,60 g	24,92 g	2,73 g	0,50 g	20,48 g	10,93 g	2,71 g	11,75 g	15,88 g	5,10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		14,07 g	0,00 g	0,00 g	9,76 g	0,00 g	0,00 g	29,01 g	0,00 g	0,00 g	11,73 g	0,00 g	0,00 g	8,28 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.02.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Kockasajt (2)			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Pulykasonka			Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér (1), Sajtkrém (2)			Gyümölcsstea, Félbarna kenyér (1), Margarin, Zala felvágott, Uborka			Gyümölcsstea, Sonkás croissant (1,2,3)		
	Energia: 223,82 Kcal / 935,57 KJ			Energia: 249,82 Kcal / 1 044,25 KJ			Energia: 167,58 Kcal / 700,48 KJ			Energia: 279,08 Kcal / 1 166,55 KJ			Energia: 133,90 Kcal / 559,70 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	9,05 g	6,03 g	2,97 g	8,98 g	8,19 g	2,08 g	5,86 g	1,33 g	0,16 g	8,90 g	11,63 g	3,36 g	9,86 g	21,03 g	0,00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
33,02 g	7,49 g	0,00 g	34,70 g	7,49 g	0,04 g	32,78 g	7,49 g	0,00 g	34,32 g	7,49 g	0,04 g	54,67 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) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

