

Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó (rizstej), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek	Gyümölcsstea, Pizzasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Zabkása(rizstej) (1)	Karamell(rizstej), Csemege sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika										
		Energia: 280,39 Kcal / 1 172,03 KJ	Energia: 230,63 Kcal / 964,03 KJ	Energia: 256,62 Kcal / 1 072,67 KJ	Energia: 300,21 Kcal / 1 254,88 KJ	Energia: 325,79 Kcal / 1 361,80 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,59 g	10,48 g	3,74 g	5,82 g	7,65 g	1,90 g	8,58 g	9,43 g	1,90 g	13,44 g	5,35 g	2,00 g	14,78 g	11,63 g	3,89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,34 g	4,00 g	0,00 g	34,30 g	7,49 g	0,00 g	33,86 g	7,49 g	0,04 g	48,83 g	19,78 g	0,00 g	39,86 g	9,99 g	0,00 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Körte	Szilva	Barack	Alma										
		Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ	Energia: 42,40 Kcal / 177,23 KJ	Energia: 37,93 Kcal / 158,55 KJ	Energia: 33,08 Kcal / 138,27 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 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	0,32 g	0,24 g	0,00 g	0,64 g	0,00 g	0,00 g	0,56 g	0,08 g	0,00 g	0,32 g	0,32 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	9,60 g	0,00 g	0,00 g	8,16 g	0,00 g	0,00 g	7,20 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Sült csirkemell, Finomfőzelék(1)	Párolt pulykafelsőcomb, Zöldbabfőzelék(1)	Sült csirkecomb, Paradicsomos burgonyafőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Zöldségfőzelék(1)	Párolt pulykamell, Brokkolifőzelék(1)										
		Energia: 235,82 Kcal / 985,73 KJ	Energia: 268,79 Kcal / 1 123,54 KJ	Energia: 293,92 Kcal / 1 228,59 KJ	Energia: 206,55 Kcal / 863,38 KJ	Energia: 129,30 Kcal / 540,47 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20,82 g	3,96 g	0,48 g	15,88 g	14,66 g	2,63 g	14,83 g	9,49 g	1,43 g	13,52 g	6,30 g	1,71 g	16,33 g	4,47 g	0,55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28,69 g	0,00 g	0,00 g	17,84 g	0,00 g	0,00 g	36,46 g	5,00 g	0,00 g	23,30 g	5,00 g	0,00 g	5,87 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Tojáskrém(3), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Csirkemell sonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres marg.krém, Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Felvágott*, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
			Energia: 218,47 Kcal / 913,20 KJ			Energia: 253,60 Kcal / 1 060,05 KJ			Energia: 229,46 Kcal / 959,14 KJ			Energia: 266,45 Kcal / 1 113,76 KJ			Energia: 306,04 Kcal / 1 279,25 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
7,61 g	6,21 g	1,38 g	10,02 g	7,91 g	2,01 g	5,93 g	8,05 g	1,90 g	6,05 g	11,21 g	2,86 g	16,88 g	11,18 g	3,12 g			
32,72 g	7,49 g	0,00 g	35,26 g	7,49 g	0,04 g	33,00 g	7,49 g	0,00 g	34,97 g	7,49 g	0,00 g	34,06 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!

