

Heti étlap 2024.09.23. - 2024.09.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliastej(rizstej), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gabonapehely(1), Rizstej	Tejeskávészteja(rizstej), Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 261,97 Kcal / 1 095,03 KJ	Energia: 237,80 Kcal / 994,00 KJ	Energia: 253,75 Kcal / 1 060,68 KJ	Energia: 104,06 Kcal / 434,97 KJ	Energia: 280,20 Kcal / 1 171,24 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,46 g	9,36 g	3,04 g	5,78 g	8,13 g	1,91 g	9,22 g	8,25 g	2,08 g	4,41 g	0,75 g	0,20 g	13,03 g	9,77 g	3,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,48 g	6,49 g	0,00 g	35,06 g	7,49 g	0,00 g	35,30 g	7,49 g	0,04 g	19,76 g	0,00 g	0,00 g	34,73 g	5,00 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Körte	Banán	Barack	Alma										
		Energia: 20,87 Kcal / 87,24 KJ	Energia: 42,40 Kcal / 177,23 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 62,02 Kcal / 259,24 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,24 g	0,24 g	0,00 g	0,32 g	0,24 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	1,05 g	0,15 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	36,30 g	0,00 g	0,00 g	13,50 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt pulykafelsőcomb, Zöldborsófőzelék(1)	Párolt sertéscomb, Zöldségfőzelék(1)	Párolt csirkecomb, Zellerfőzelék(1,5)	Párolt sertéscomb, Karfiolfőzelék(1)	Párolt pulykamell, Zöldbabfőzelék(1)										
		Energia: 280,90 Kcal / 1 174,16 KJ	Energia: 145,19 Kcal / 606,89 KJ	Energia: 143,57 Kcal / 600,12 KJ	Energia: 228,53 Kcal / 955,26 KJ	Energia: 239,14 Kcal / 999,61 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22,13 g	8,69 g	1,97 g	12,52 g	6,07 g	1,68 g	10,45 g	7,07 g	1,05 g	20,50 g	10,94 g	2,72 g	17,98 g	10,41 g	1,19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27,98 g	0,00 g	0,00 g	9,94 g	0,00 g	0,00 g	8,75 g	0,00 g	0,00 g	11,73 g	0,00 g	0,00 g	17,89 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2024.09.23. - 2024.09.27.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Retekkrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Retek			Gyümölcsstea, Sárgarépás margarinkrém, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
	Energia: 261,80 Kcal / 1 094,32 Kj			Energia: 258,44 Kcal / 1 080,28 Kj			Energia: 101,31 Kcal / 423,48 Kj			Energia: 326,19 Kcal / 1 363,47 Kj			Energia: 305,55 Kcal / 1 277,20 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
5,98 g	11,55 g	2,85 g	10,25 g	9,45 g	2,39 g	0,92 g	7,15 g	1,90 g	6,98 g	14,78 g	3,81 g	5,80 g	7,63 g	1,90 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
33,12 g	7,49 g	0,00 g	32,74 g	7,49 g	0,70 g	8,15 g	7,49 g	0,00 g	40,83 g	7,49 g	0,00 g	52,84 g	23,24 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) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

