

Heti étlap 2024.09.30. - 2024.10.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(rizstej), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Főtt virsli, Félbarna kenyér(1)	Karamell(rizstej), Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Paradicsom										
		Energia: 307,46 Kcal / 1 285,18 KJ	Energia: 264,97 Kcal / 1 107,57 KJ	Energia: 259,61 Kcal / 1 085,17 KJ	Energia: 256,94 Kcal / 1 074,01 KJ	Energia: 320,80 Kcal / 1 340,94 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14,87 g	11,54 g	4,09 g	5,25 g	8,04 g	1,90 g	5,25 g	7,88 g	2,04 g	10,56 g	8,63 g	3,06 g	14,66 g	10,47 g	3,52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,42 g	4,00 g	0,70 g	42,49 g	14,99 g	0,00 g	41,49 g	14,99 g	0,00 g	33,90 g	7,49 g	0,00 g	41,38 g	9,99 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Körte	Banán	Szőlő	Szilva										
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 42,40 Kcal / 177,23 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 64,50 Kcal / 269,61 KJ	Energia: 37,93 Kcal / 158,55 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,32 g	0,32 g	0,00 g	0,32 g	0,24 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	0,48 g	0,24 g	0,00 g	0,64 g	0,00 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		5,60 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	14,48 g	0,00 g	0,00 g	8,16 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Vagdalt(1,3), Finomfőzelék(1)	Főtt tojás(3), Parajfőzelék(1)	Párolt pulykamell, Karfiolfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Zellerfőzelék(1,5)	Húspuding(1,3), Cékla-főzelék(1)										
		Energia: 357,74 Kcal / 1 495,35 KJ	Energia: 252,47 Kcal / 1 055,32 KJ	Energia: 126,61 Kcal / 529,23 KJ	Energia: 275,02 Kcal / 1 149,58 KJ	Energia: 290,09 Kcal / 1 212,58 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14,57 g	21,15 g	4,71 g	13,52 g	5,89 g	1,23 g	15,44 g	3,74 g	0,49 g	17,55 g	6,76 g	1,66 g	13,87 g	13,17 g	3,16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		26,55 g	0,00 g	0,00 g	35,99 g	0,00 g	0,00 g	7,71 g	0,00 g	0,00 g	35,04 g	0,00 g	0,00 g	28,14 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2024.09.30. - 2024.10.04.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Tökmagos marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Házi májkrém , Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Pritaminpaprikás vajkrém, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
	Energia: 379,32 Kcal / 1 585,56 KJ			Energia: 245,74 Kcal / 1 027,19 KJ			Energia: 257,70 Kcal / 1 077,19 KJ			Energia: 294,20 Kcal / 1 229,76 KJ			Energia: 233,42 Kcal / 975,70 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	7,94 g	20,14 g	4,21 g	7,59 g	5,57 g	1,31 g	5,21 g	7,54 g	1,90 g	5,78 g	14,68 g	3,80 g	5,58 g	8,09 g	1,90 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41,01 g	14,99 g	0,00 g	40,91 g	14,99 g	0,00 g	41,83 g	14,99 g	0,00 g	34,35 g	7,49 g	0,00 g	34,26 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) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

