

Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00479) Bölcsi (1-2 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(2), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek	Gyümölcsstea, Pizzasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Zabkása(1,2)	Karamell(2), Csemege sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika										
		Energia: 282,54 Kcal / 1 181,02 KJ	Energia: 235,54 Kcal / 984,56 KJ	Energia: 256,62 Kcal / 1 072,67 KJ	Energia: 254,50 Kcal / 1 063,81 KJ	Energia: 358,08 Kcal / 1 496,77 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9,04 g	11,03 g	3,76 g	6,19 g	8,02 g	2,14 g	8,58 g	9,43 g	1,90 g	10,39 g	5,99 g	2,28 g	14,93 g	13,58 g	4,67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	36,44 g	4,00 g	0,00 g	34,32 g	7,49 g	0,04 g	33,86 g	7,49 g	0,04 g	39,40 g	13,85 g	0,00 g	43,61 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.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	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(1,2)	Sült csirkecomb, Paradicsomos burgonyafőzelék(1)	Párolt sertéscomb ,Zöldségfőzelék(1)	Párolt pulykamell, Brokkolifőzelék(1)										
		Energia: 207,80 Kcal / 868,60 KJ	Energia: 203,54 Kcal / 850,80 KJ	Energia: 294,17 Kcal / 1 229,63 KJ	Energia: 206,55 Kcal / 863,38 KJ	Energia: 129,30 Kcal / 540,47 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
18,98 g		4,68 g	0,57 g	13,60 g	11,62 g	2,31 g	14,85 g	9,50 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	
21,99 g	0,00 g	0,00 g	10,85 g	0,00 g	0,00 g	36,50 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.															
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcsstea, Tojáskrém(2,3), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Csirkemell sonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres szendvicsskrém(2), Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Sajtos pogácsa(1,2,3)		
	Energia: 216,37 Kcal / 904,43 KJ			Energia: 281,23 Kcal / 1 175,54 KJ			Energia: 180,39 Kcal / 754,03 KJ			Energia: 245,86 Kcal / 1 027,69 KJ			Energia: 244,91 Kcal / 1 023,72 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	7,07 g	6,23 g	1,40 g	9,45 g	7,80 g	2,01 g	5,92 g	2,65 g	0,77 g	6,21 g	8,72 g	3,88 g	4,86 g	9,63 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,70 g	7,49 g	0,00 g	42,89 g	14,99 g	0,04 g	32,97 g	7,49 g	0,00 g	35,29 g	7,49 g	0,00 g	32,87 g	7,49 g	0,60 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!

