

Heti étlap 2024.09.23. - 2024.09.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00479) Bölcsi (1-2 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliaástej(2), Sajtos párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1)		Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Félbarna kenyér(1), Paradicsom		Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika		Gabonapehely(1), Tej(2)		Tejeskávé(2), Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka						
		Energia: 327,20 Kcal / 1 367,70 KJ		Energia: 169,77 Kcal / 709,64 KJ		Energia: 253,75 Kcal / 1 060,68 KJ		Energia: 108,37 Kcal / 452,99 KJ		Energia: 301,73 Kcal / 1 261,23 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		10,92 g	14,10 g	4,83 g	5,83 g	0,77 g	0,07 g	9,22 g	8,25 g	2,08 g	4,43 g	1,01 g	0,30 g	13,13 g	11,07 g	3,53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38,76 g	6,49 g	0,56 g	34,63 g	7,49 g	0,00 g	35,30 g	7,49 g	0,04 g	20,26 g	0,00 g	0,00 g	37,23 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: 34,79 Kcal / 145,42 KJ						
		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	0,40 g	0,40 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	7,00 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(1,2)						
		Energia: 220,72 Kcal / 922,61 KJ		Energia: 145,19 Kcal / 606,89 KJ		Energia: 143,57 Kcal / 600,12 KJ		Energia: 228,52 Kcal / 955,21 KJ		Energia: 173,89 Kcal / 726,86 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		18,15 g	8,00 g	1,91 g	12,52 g	6,07 g	1,68 g	10,45 g	7,07 g	1,05 g	20,48 g	10,93 g	2,71 g	15,70 g	7,37 g	0,87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		18,65 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	10,90 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2024.09.23. - 2024.09.27.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Retekkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sárgarépás vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Kakaós csiga(1,2,3)		
	Energia: 261,80 Kcal / 1 094,32 Kj			Energia: 286,07 Kcal / 1 195,77 Kj			Energia: 168,19 Kcal / 703,03 Kj			Energia: 271,81 Kcal / 1 136,17 Kj			Energia: 292,04 Kcal / 1 220,73 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	9,68 g	9,34 g	2,39 g	5,72 g	0,94 g	0,16 g	6,98 g	8,78 g	3,88 g	4,46 g	12,43 g	0,00 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	40,37 g	14,99 g	0,70 g	33,98 g	7,49 g	0,00 g	40,80 g	7,49 g	0,00 g	38,57 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!

