

Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00159) Bölcsi (2-3 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: 359,37 Kcal / 1 502,17 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		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	16,92 g	12,17 g	4,01 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	44,87 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: 34,79 Kcal / 145,42 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	0,40 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	8,16 g	0,00 g	0,00 g	7,20 g	0,00 g	0,00 g	7,00 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Rántott csirkemell (sütőben s.)(1,3), Finomfőzelék(1)	Gulyásleves(1,3), Lekváros bukta(1,3)	Sült csirkecomb , Paradicsomos burgonyafőzelék(1)	Bácskai rizseshús	Párolt pulykamell, Brokkolifőzelék(1)										
		Energia: 301,47 Kcal / 1 260,14 KJ	Energia: 338,74 Kcal / 1 415,93 KJ	Energia: 293,92 Kcal / 1 228,59 KJ	Energia: 293,32 Kcal / 1 226,08 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
		25,59 g	4,90 g	0,76 g	19,38 g	10,34 g	2,17 g	14,83 g	9,49 g	1,43 g	13,03 g	8,14 g	1,72 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
		38,16 g	0,00 g	0,00 g	45,34 g	3,20 g	0,00 g	36,46 g	5,00 g	0,00 g	41,62 g	0,00 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(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: 211,86 Kcal / 885,57 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: 284,91 Kcal / 1 190,92 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	7,07 g	5,73 g	1,26 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	11,08 g	9,15 g	2,39 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	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	39,17 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) diófélét, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

