

Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliástej(rizstej), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Zabkása(1)	Tejeskávé(rizstej), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Pritamin paprika										
		Energia: 289,04 Kcal / 1 208,19 KJ	Energia: 227,71 Kcal / 951,83 KJ	Energia: 231,64 Kcal / 968,26 KJ	Energia: 300,21 Kcal / 1 254,88 KJ	Energia: 278,00 Kcal / 1 162,04 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,74 g	10,42 g	3,39 g	5,58 g	7,63 g	1,90 g	5,82 g	7,69 g	1,90 g	13,44 g	5,35 g	2,00 g	12,03 g	10,09 g	3,08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,56 g	6,49 g	0,70 g	33,86 g	7,49 g	0,00 g	34,46 g	7,49 g	0,00 g	48,83 g	19,78 g	0,00 g	34,43 g	5,00 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Szőlő	Alma	Szilva	Barack										
		Energia: 83,98 Kcal / 351,04 KJ	Energia: 64,50 Kcal / 269,61 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 28,44 Kcal / 118,88 KJ	Energia: 24,81 Kcal / 103,71 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1,04 g	0,08 g	0,00 g	0,48 g	0,24 g	0,00 g	0,32 g	0,32 g	0,00 g	0,48 g	0,00 g	0,00 g	0,42 g	0,06 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		19,36 g	0,00 g	0,00 g	14,48 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g	6,12 g	0,00 g	0,00 g	5,40 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Zabpelyhes fasírtgolyó(1,3), Kelkáposztafőzelék(1)	Pulykraguleves(1,3)Reszelt almás sütemény(1,3)	Főtt tojás(3), Parajfőzelék(1)	Rakott karfiol	Reszelt csirkemáj(8), Főtt burgonya										
		Energia: 231,53 Kcal / 967,80 KJ	Energia: 132,19 Kcal / 552,55 KJ	Energia: 208,18 Kcal / 870,19 KJ	Energia: 252,90 Kcal / 1 057,12 KJ	Energia: 313,96 Kcal / 1 312,35 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,79 g	12,16 g	3,24 g	1,74 g	3,26 g	0,76 g	10,36 g	11,33 g	2,07 g	11,90 g	13,12 g	3,81 g	16,61 g	10,02 g	1,76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		18,33 g	0,00 g	0,00 g	23,50 g	9,99 g	0,00 g	15,85 g	0,00 g	0,00 g	21,48 g	0,00 g	0,00 g	38,29 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Tonhalkrém(8), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
	Energia: 229,46 Kcal / 959,14 Kj			Energia: 263,98 Kcal / 1 103,44 Kj			Energia: 291,36 Kcal / 1 217,88 Kj			Energia: 279,63 Kcal / 1 168,85 Kj			Energia: 259,04 Kcal / 1 082,79 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,93 g	8,05 g	1,90 g	5,44 g	7,92 g	2,03 g	8,14 g	10,61 g	2,60 g	8,94 g	11,63 g	3,35 g	10,10 g	9,05 g	2,39 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
33,00 g	7,49 g	0,00 g	42,29 g	14,99 g	0,00 g	40,35 g	14,99 g	0,00 g	34,42 g	7,49 g	0,04 g	33,94 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) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

