

Heti étlap 2024.09.30. - 2024.10.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(2), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Főtt virsli, Kifli(1,2,4)	Karamell(2), Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Paradicsom										
		Energia: 309,00 Kcal / 1 291,62 KJ	Energia: 236,55 Kcal / 988,78 KJ	Energia: 231,98 Kcal / 969,68 KJ	Energia: 247,83 Kcal / 1 035,93 KJ	Energia: 353,09 Kcal / 1 475,92 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,47 g	12,49 g	4,11 g	6,19 g	8,06 g	2,14 g	5,82 g	7,99 g	2,04 g	9,80 g	8,44 g	3,06 g	14,81 g	12,42 g	4,30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,32 g	4,00 g	0,70 g	34,48 g	7,49 g	0,04 g	33,86 g	7,49 g	0,00 g	32,83 g	7,49 g	0,60 g	45,13 g	9,99 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Körte	Banán	Szőlő	Szilva										
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 52,99 Kcal / 221,50 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	0,40 g	0,30 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	12,00 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)	Húsgombócleves(1,3), Lekváros piskótatekercs(1,3)	Párolt pulykamell, Karfiolfőzelék(1)	Zöldborsós csirketokány(1,2), Tésztaköret(1)	Húspuding(1,2,3), Cékla-főzelék(1)										
		Energia: 292,49 Kcal / 1 222,61 KJ	Energia: 371,65 Kcal / 1 553,50 KJ	Energia: 255,93 Kcal / 1 069,79 KJ	Energia: 298,43 Kcal / 1 247,44 KJ	Energia: 265,85 Kcal / 1 111,25 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,29 g	18,11 g	4,39 g	10,17 g	12,25 g	3,42 g	20,34 g	4,24 g	0,49 g	22,42 g	10,08 g	2,23 g	7,62 g	13,00 g	3,20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		19,56 g	0,00 g	0,00 g	54,51 g	22,48 g	0,00 g	33,86 g	0,00 g	0,00 g	29,19 g	0,00 g	0,00 g	28,74 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2024.09.30. - 2024.10.04.

Heti étlap 2024.09.30. - 2024.10.04.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Tökmagos vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Házi májkrém , Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Félbarna kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Pritaminpaprikás vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtos rúd(1,2,3)		
			Energia: 297,31 Kcal / 1 242,76 Kj			Energia: 189,05 Kcal / 790,23 Kj			Energia: 181,00 Kcal / 756,58 Kj			Energia: 239,82 Kcal / 1 002,45 Kj			Energia: 162,71 Kcal / 680,13 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
8,51 g	14,25 g	4,28 g	7,34 g	2,93 g	0,89 g	5,77 g	2,25 g	0,77 g	5,78 g	8,68 g	3,87 g	6,33 g	2,73 g	1,49 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
33,35 g	7,49 g	0,00 g	33,05 g	7,49 g	0,00 g	34,17 g	7,49 g	0,00 g	34,32 g	7,49 g	0,00 g	28,12 g	7,49 g	0,30 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!

