

Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00481) Ovi	Tízórai	Kakaó(2), Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Paula puding(2), Kifli(1,2,4)			Karamell(2), Sajtos pogácsa(1,2,3)		
		Energia: 288,50 Kcal / 1 205,93 KJ			Energia: 262,56 Kcal / 1 097,50 KJ			Energia: 283,64 Kcal / 1 185,62 KJ			Energia: 241,43 Kcal / 1 009,18 KJ			Energia: 340,63 Kcal / 1 423,83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9,49 g	11,49 g	3,77 g	5,77 g	8,31 g	2,14 g	8,16 g	9,72 g	1,90 g	5,26 g	4,18 g	2,61 g	9,30 g	13,70 g	2,28 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	40,75 g	14,99 g	0,04 g	40,29 g	14,99 g	0,04 g	44,91 g	27,04 g	0,30 g	43,14 g	9,99 g	0,60 g	
	Ebéd	Becsinált leves(1,2,3), Sonkás-kukoricás pizza(1,2,3), Alma			Lebbencsleves(1,3), Köleses vagdalt(3), Zöldbabfőzelék(1,2), Müzli szelet(1)			Paradicsomleves(1,3), Szezámos bundában sült hal(1,3,10), Párolt rizs, Francia saláta(2,6)			Zöldségleves(1,3), Paprikás csirke(1,2), Nokedli(1,3), Barack			Sertésraguleves(1,3), Vajas csiga(1,2,3)		
		Energia: 691,73 Kcal / 2 891,43 KJ			Energia: 503,08 Kcal / 2 102,87 KJ			Energia: 667,37 Kcal / 2 789,61 KJ			Energia: 506,31 Kcal / 2 116,38 KJ			Energia: 469,25 Kcal / 1 961,47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		36,58 g	25,31 g	4,61 g	22,15 g	25,25 g	7,73 g	30,31 g	23,02 g	4,00 g	27,79 g	18,98 g	3,40 g	17,16 g	22,73 g	7,20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	79,68 g	11,99 g	0,04 g	45,72 g	0,00 g	0,00 g	84,34 g	12,99 g	0,00 g	55,23 g	0,00 g	0,00 g	48,69 g	12,59 g	1,10 g	
	Uzsonna	Tojáskrém(3), Zsemle(1)			Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Vajkrém, Zsemle(1), Uborka			Zöldfűszeres szendvicsszénhidrát(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Pritamin paprika			Csemege sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika		
		Energia: 175,94 Kcal / 735,43 KJ			Energia: 218,13 Kcal / 911,78 KJ			Energia: 71,46 Kcal / 298,70 KJ			Energia: 246,75 Kcal / 1 031,42 KJ			Energia: 227,50 Kcal / 950,95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
5,66 g		6,76 g	1,74 g	9,51 g	8,18 g	2,01 g	2,09 g	1,76 g	0,77 g	5,72 g	12,99 g	5,81 g	9,83 g	9,38 g	2,39 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
22,91 g	0,00 g	0,60 g	26,39 g	0,00 g	0,04 g	11,75 g	0,00 g	0,30 g	26,44 g	0,00 g	0,00 g	25,67 g	0,00 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!

