

Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök								
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(rizstej), Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Pulykamellsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Tejbedara(rizstej)(1)								
		Energia: 320,76 Kcal / 1 340,78 Kj	Energia: 265,43 Kcal / 1 109,50 Kj	Energia: 277,46 Kcal / 1 159,78 Kj	Energia: 208,73 Kcal / 872,49 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,27 g	14,06 g	5,05 g	5,21 g	8,02 g	1,91 g	8,41 g	8,08 g	2,08 g	5,33 g	2,11 g	1,30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		34,66 g	4,00 g	0,04 g	42,69 g	14,99 g	0,00 g	42,33 g	14,99 g	0,60 g	41,54 g	28,98 g	0,00 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Körte	Banán	Alma								
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 Kj	Energia: 42,40 Kcal / 177,23 Kj	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 Kj	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 Kj								
		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	0,32 g	0,24 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	0,32 g	0,32 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		5,60 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	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt pulykamell, Kapros káposztafőzelék(1)	Párolt sertéslapocka, Zöldborsófőzelék(1)	Párolt csirkecomb, Zöldbabfőzelék(1)	Bazsalikom p.csirkemell, Sárgarépa-főzelék(1)								
		Energia: 246,30 Kcal / 1 029,53 Kj	Energia: 288,86 Kcal / 1 207,43 Kj	Energia: 262,75 Kcal / 1 098,30 Kj	Energia: 253,34 Kcal / 1 058,96 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15,65 g	10,23 g	2,16 g	16,67 g	16,13 g	4,71 g	14,00 g	14,77 g	1,90 g	19,93 g	3,16 g	0,50 g
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
22,12 g		0,00 g	0,00 g	18,70 g	0,00 g	0,00 g	17,86 g	0,00 g	0,00 g	36,14 g	7,50 g	0,00 g	



## Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

Uzsonna											
Gyümölcsstea, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Tökmagos margarinkrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka		
Energia: 257,09 Kcal / 1 074,64 KJ			Energia: 379,32 Kcal / 1 585,56 KJ			Energia: 333,18 Kcal / 1 392,69 KJ			Energia: 261,96 Kcal / 1 094,99 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
5,36 g	7,94 g	1,90 g	7,94 g	20,14 g	4,21 g	5,23 g	7,52 g	1,90 g	5,45 g	7,90 g	2,04 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40,63 g	14,99 g	0,00 g	41,01 g	14,99 g	0,00 g	60,47 g	30,74 g	0,00 g	41,83 g	14,99 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!

