

Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliaстеj(rizstej), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Tavaszai felvágott*, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Alpro puding, Félbarna kenyér(1)	Tejeskávé(rizstej), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 265,89 Kcal / 1 111,42 KJ	Energia: 265,43 Kcal / 1 109,50 KJ	Energia: 257,69 Kcal / 1 077,14 KJ	Energia: 309,31 Kcal / 1 292,92 KJ	Energia: 276,43 Kcal / 1 155,48 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8,70 g	9,42 g	3,04 g	5,21 g	8,02 g	1,91 g	5,24 g	7,66 g	1,95 g	8,74 g	3,40 g	1,00 g	11,99 g	10,05 g	3,08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		36,08 g	6,49 g	0,00 g	42,69 g	14,99 g	0,00 g	41,53 g	14,99 g	0,04 g	59,79 g	29,74 g	0,00 g	34,17 g	5,00 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Szilva	Alma	Banán	Alma	Körte										
		Energia: 37,93 Kcal / 158,55 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 42,40 Kcal / 177,23 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,64 g	0,00 g	0,00 g	0,60 g	0,60 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	0,32 g	0,32 g	0,00 g	0,32 g	0,24 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		8,16 g	0,00 g	0,00 g	10,50 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	9,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Halpogácsa(1,3), Burgonyapüré	Párolt sertéslapocka, Finomfőzelék(1)	Párolt pulykamell, Sütőtökfőzelék(1)	Párolt sertéscomb, Zöldségfőzelék(1)	Párolt pulykamell, Brokkolifőzelék(1)										
		Energia: 307,90 Kcal / 1 287,02 KJ	Energia: 336,18 Kcal / 1 405,23 KJ	Energia: 193,49 Kcal / 808,79 KJ	Energia: 145,19 Kcal / 606,89 KJ	Energia: 159,35 Kcal / 666,08 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15,14 g	8,87 g	1,83 g	17,93 g	15,47 g	4,62 g	10,94 g	10,37 g	2,29 g	12,52 g	6,07 g	1,68 g	14,23 g	8,72 g	1,99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		40,88 g	0,00 g	0,01 g	30,58 g	0,00 g	0,00 g	13,88 g	9,99 g	0,00 g	9,94 g	0,00 g	0,00 g	5,82 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sonkakrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
	Energia: 289,55 Kcal / 1 210,32 Kj			Energia: 246,47 Kcal / 1 030,24 Kj			Energia: 257,70 Kcal / 1 077,19 Kj			Energia: 307,27 Kcal / 1 284,39 Kj			Energia: 333,18 Kcal / 1 392,69 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
5,39 g	11,44 g	2,86 g	8,54 g	5,49 g	1,31 g	5,21 g	7,54 g	1,90 g	8,37 g	11,52 g	3,36 g	5,23 g	7,52 g	1,90 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
40,80 g	14,99 g	0,00 g	40,33 g	14,99 g	0,00 g	41,83 g	14,99 g	0,00 g	42,05 g	14,99 g	0,04 g	60,47 g	30,74 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, szulfitot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

