

Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
<b>(00479) Bölcsi (1-2 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(2), Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Pulykamellsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tejbedara(1,2)		
		Energia: 322,91 Kcal / 1 349,76 Kj			Energia: 196,79 Kcal / 822,58 Kj			Energia: 277,46 Kcal / 1 159,78 Kj			Energia: 255,08 Kcal / 1 066,23 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,72 g	14,61 g	5,07 g	5,41 g	1,06 g	0,07 g	8,41 g	8,08 g	2,08 g	6,01 g	3,73 g	1,93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,76 g	4,00 g	0,04 g	41,06 g	14,99 g	0,00 g	42,33 g	14,99 g	0,60 g	48,94 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		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(1,2)			Bazsalikomos p.csirkemell, Sárgarépa-főzelék(1)		
		Energia: 223,24 Kcal / 933,14 Kj			Energia: 288,53 Kcal / 1 206,06 Kj			Energia: 197,50 Kcal / 825,55 Kj			Energia: 253,34 Kcal / 1 058,96 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14,77 g	9,96 g	2,16 g	16,65 g	16,13 g	4,71 g	11,72 g	11,73 g	1,58 g	19,93 g	3,16 g	0,50 g
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
17,86 g		0,00 g	0,00 g	18,63 g	0,00 g	0,00 g	10,87 g	0,00 g	0,00 g	36,14 g	7,50 g	0,00 g	



## Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

<b>Uzsonna</b>												
	Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Tökmagos vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka		
	Energia: 208,02 Kcal / 869,52 KJ			Energia: 324,94 Kcal / 1 358,25 KJ			Energia: 199,74 Kcal / 834,91 KJ			Energia: 261,96 Kcal / 1 094,99 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,35 g	2,54 g	0,77 g	7,94 g	14,14 g	4,28 g	5,39 g	0,89 g	0,16 g	5,45 g	7,90 g	2,04 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
40,60 g	14,99 g	0,00 g	40,98 g	14,99 g	0,00 g	42,21 g	14,99 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!

