

Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
(00479) Bölcsi (1-2 éves)																
	Reggeli	Vaníliástej(rizstej), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Tavaszi felvágott*, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Paula puding(2), Kifli(1,2,4)			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: 301,53 Kcal / 1 260,40 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	7,33 g	4,33 g	2,61 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	57,45 g	27,04 g	0,60 g	34,17 g	5,00 g	0,04 g	
	Tízórai	Szilva			Alma			Banán			Alma			Körte		
		Energia: 37,93 Kcal / 158,55 KJ			Energia: 27,83 Kcal / 116,33 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	0,32 g	0,32 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	5,60 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	9,60 g	0,00 g	0,00 g	
	Ebéd	Halpogácsa(1,3), Burgonyapüré(2)			Párolt sertéslapocka, Finomfőzelék(1)			Sajtpuding(1,2,3), Sütőtökfőzelék(1)			Párolt sertéscomb , Zöldségfőzelék(1)			Párolt pulykamell, Brokkolifőzelék(1)		
		Energia: 330,40 Kcal / 1 381,07 KJ			Energia: 313,81 Kcal / 1 311,73 KJ			Energia: 205,40 Kcal / 858,57 KJ			Energia: 169,07 Kcal / 706,71 KJ			Energia: 239,02 Kcal / 999,10 KJ		
Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
15,43 g		9,91 g	2,17 g	16,44 g	16,22 g	4,71 g	4,96 g	10,43 g	2,68 g	13,50 g	6,15 g	1,69 g	21,35 g	13,08 g	2,98 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
43,88 g	0,00 g	0,01 g	24,86 g	0,00 g	0,00 g	22,70 g	9,99 g	0,04 g	14,73 g	0,00 g	0,00 g	8,73 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, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Fahéjas csiga(1,2,3)		
	Energia: 289,55 Kcal / 1 210,32 Kj			Energia: 246,47 Kcal / 1 030,24 Kj			Energia: 195,21 Kcal / 815,98 Kj			Energia: 307,27 Kcal / 1 284,39 Kj			Energia: 318,49 Kcal / 1 331,29 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	5,30 g	1,23 g	0,16 g	8,37 g	11,52 g	3,36 g	3,89 g	12,32 g	0,00 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	40,41 g	14,99 g	0,00 g	42,05 g	14,99 g	0,04 g	46,20 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, szulfitot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

