

Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes	Reggeli	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: 394,28 Kcal / 1 648,09 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17,95 g	20,03 g	7,23 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
		34,84 g	4,00 g	0,10 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
	Tízórai	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
	Ebéd	Párolt pulykamell, Kapros káposztafőzelék(1)			Húsgombóclevés(1,3), Kakaós csiga szo-teO			Sült csirkecomb , Zöldbabfőzelék(1)			Kukoricás csirkemell(rizstejjel)(1), Tésztaköret(1)		
Energia: 246,30 Kcal / 1 029,53 Kj			Energia: 328,67 Kcal / 1 373,84 Kj			Energia: 251,90 Kcal / 1 052,94 Kj			Energia: 306,55 Kcal / 1 281,38 Kj				
Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
15,65 g		10,23 g	2,16 g	13,51 g	11,72 g	3,28 g	16,16 g	12,51 g	1,72 g	17,40 g	11,79 g	2,11 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
22,12 g		0,00 g	0,00 g	41,94 g	6,79 g	0,00 g	18,08 g	0,00 g	0,00 g	32,36 g	0,00 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!

