

Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliástej(rizstej), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Tavasz 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.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		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: 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.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		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
	<b>Ebéd</b>	Halpogácsa(1,3), Burgonyapüré	Gulyásleves(1,3), Kakaós süti(1,3)	Párolt pulykamell, Sütőtököfőzelék(1)	Főtt karaj, Vadasmártás(1,6), Tésztaköret(1)	Párolt pulykamell, Brokkolifőzelék(1)										
		Energia: 307,90 Kcal / 1 287,02 KJ	Energia: 1 012,48 Kcal / 4 232,17 KJ	Energia: 193,49 Kcal / 808,79 KJ	Energia: 321,76 Kcal / 1 344,96 KJ	Energia: 159,35 Kcal / 666,08 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15,14 g	8,87 g	1,83 g	24,09 g	48,34 g	7,05 g	10,94 g	10,37 g	2,29 g	16,69 g	6,61 g	1,59 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	118,86 g	40,96 g	0,00 g	13,88 g	9,99 g	0,00 g	48,43 g	9,99 g	1,00 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!

