

Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
(00480) Bölcsi (2-3 éves)	Reggeli	Kakaó(2), Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Pulykamellsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tejbedara(1,2)		
		Energia: 322,91 Kcal / 1 349,76 Kj			Energia: 169,77 Kcal / 709,64 Kj			Energia: 249,83 Kcal / 1 044,29 Kj			Energia: 227,45 Kcal / 950,74 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11,72 g	14,61 g	5,07 g	5,83 g	0,77 g	0,07 g	8,98 g	8,19 g	2,08 g	6,58 g	3,84 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	34,63 g	7,49 g	0,00 g	34,70 g	7,49 g	0,60 g	41,31 g	21,48 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.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		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(1,2,3)			Sült csirkecomb, Zöldbabfőzelék(1,2)			Tejszínes-kukoricás csirkemell(1,2), Tésztaköret(1)		
		Energia: 223,24 Kcal / 933,14 Kj			Energia: 319,67 Kcal / 1 336,22 Kj			Energia: 238,00 Kcal / 994,84 Kj			Energia: 313,55 Kcal / 1 310,64 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14,77 g	9,96 g	2,16 g	12,14 g	14,23 g	4,28 g	15,57 g	11,98 g	1,66 g	17,47 g	12,46 g	3,38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		17,86 g	0,00 g	0,00 g	35,50 g	6,79 g	0,00 g	16,45 g	0,00 g	0,00 g	32,54 g	0,00 g	0,00 g



Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

Uzsonna											
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: 180,39 Kcal / 754,03 Kj			Energia: 297,31 Kcal / 1 242,76 Kj			Energia: 172,11 Kcal / 719,42 Kj			Energia: 234,33 Kcal / 979,50 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
5,92 g	2,65 g	0,77 g	8,51 g	14,25 g	4,28 g	5,96 g	1,00 g	0,16 g	6,02 g	8,01 g	2,04 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,97 g	7,49 g	0,00 g	33,35 g	7,49 g	0,00 g	34,58 g	7,49 g	0,00 g	34,20 g	7,49 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) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

