

Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliástej(2), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Tavaszi felvágott*, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Paula puding(2), Kifli(1,2,4)	Tejeskávét(2), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 287,43 Kcal / 1 201,46 KJ	Energia: 175,79 Kcal / 734,80 KJ	Energia: 256,51 Kcal / 1 072,21 KJ	Energia: 273,90 Kcal / 1 144,90 KJ	Energia: 297,96 Kcal / 1 245,47 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,80 g	10,72 g	3,56 g	6,16 g	1,27 g	0,37 g	6,85 g	7,91 g	1,96 g	7,90 g	4,44 g	2,61 g	12,09 g	11,35 g	3,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38,58 g	6,49 g	0,00 g	34,67 g	7,49 g	0,00 g	39,14 g	7,49 g	0,05 g	49,82 g	19,54 g	0,60 g	36,67 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(2)	Gulyásleves(1,3), Boci süti(1,2,3)	Sajtpuding(1,2,3), Sütőtököfőzelék(1)	Főtt karaj, Vadasmártás(1,6), Tésztaköret(1)	Párolt pulykamell, Brokkolifőzelék(1)										
		Energia: 330,40 Kcal / 1 381,07 KJ	Energia: 518,18 Kcal / 2 165,99 KJ	Energia: 205,40 Kcal / 858,57 KJ	Energia: 334,56 Kcal / 1 398,46 KJ	Energia: 239,03 Kcal / 999,15 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15,43 g	9,91 g	2,17 g	18,24 g	23,83 g	3,93 g	4,96 g	10,43 g	2,68 g	16,97 g	7,71 g	2,21 g	21,35 g	13,09 g	2,99 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	56,91 g	16,38 g	0,00 g	22,70 g	9,99 g	0,04 g	48,86 g	9,99 g	1,00 g	8,73 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.

Heti étlap 2024.10.07. - 2024.10.11.															
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres szendvicskrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sonkakrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Fahéjas csiga(1,2,3)		
	Energia: 241,33 Kcal / 1 008,76 Kj			Energia: 194,30 Kcal / 812,17 Kj			Energia: 170,54 Kcal / 712,86 Kj			Energia: 279,64 Kcal / 1 168,90 Kj			Energia: 290,86 Kcal / 1 215,79 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	6,12 g	9,06 g	3,88 g	9,10 g	2,90 g	0,75 g	5,92 g	0,96 g	0,16 g	8,94 g	11,63 g	3,36 g	4,46 g	12,43 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,49 g	7,49 g	0,00 g	32,69 g	7,49 g	0,00 g	34,32 g	7,49 g	0,00 g	34,42 g	7,49 g	0,04 g	38,57 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) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

