

Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliástej(rizstej), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Csirkemell felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Alpro puding, Félbarna kenyér(1)	Tejeskávé(rizstej), Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 289,04 Kcal / 1 208,19 KJ	Energia: 263,40 Kcal / 1 101,01 KJ	Energia: 281,23 Kcal / 1 175,54 KJ	Energia: 257,58 Kcal / 1 076,68 KJ	Energia: 258,58 Kcal / 1 080,86 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,74 g	10,42 g	3,39 g	5,21 g	8,00 g	1,90 g	9,45 g	7,80 g	2,01 g	6,78 g	3,20 g	1,00 g	8,83 g	9,85 g	3,04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,56 g	6,49 g	0,70 g	42,23 g	14,99 g	0,00 g	42,89 g	14,99 g	0,04 g	49,33 g	29,74 g	0,00 g	33,33 g	5,00 g	0,00 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Savanyú káposzta	Banán	Mandarin	Alma										
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 19,90 Kcal / 83,18 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 46,89 Kcal / 196,00 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	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	1,10 g	0,20 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	0,70 g	0,30 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	Szénhidrát	Cukor	Só
		5,60 g	0,00 g	0,00 g	3,40 g	0,00 g	0,00 g	36,30 g	0,00 g	0,00 g	9,80 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt sertéslapocka, Zöldségfőzelék(1)	Párolt sertéslapocka, Zöldborsófőzelék(1)	Sült csirkemell, Karfiolfőzelék(1)	Párolt sertéscomb, Karalábefőzelék(1)	Párolt pulykamell, Kelbimbófőzelék(1)										
		Energia: 216,91 Kcal / 906,68 KJ	Energia: 288,86 Kcal / 1 207,43 KJ	Energia: 135,00 Kcal / 564,30 KJ	Energia: 179,31 Kcal / 749,52 KJ	Energia: 237,47 Kcal / 992,62 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,70 g	14,90 g	4,60 g	16,67 g	16,13 g	4,71 g	15,44 g	4,66 g	0,59 g	13,42 g	8,95 g	2,00 g	18,68 g	11,30 g	2,27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		9,76 g	0,00 g	0,00 g	18,70 g	0,00 g	0,00 g	7,71 g	0,00 g	0,00 g	10,94 g	0,00 g	0,00 g	14,98 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Retekkrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sonkakrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
			Energia: 289,43 Kcal / 1 209,82 KJ			Energia: 246,47 Kcal / 1 030,24 KJ			Energia: 259,27 Kcal / 1 083,75 KJ			Energia: 326,69 Kcal / 1 365,56 KJ			Energia: 286,68 Kcal / 1 198,32 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
5,41 g	11,44 g	2,85 g	8,54 g	5,49 g	1,31 g	5,25 g	7,58 g	1,90 g	7,95 g	13,72 g	4,20 g	9,53 g	8,94 g	2,39 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
40,75 g	14,99 g	0,00 g	40,33 g	14,99 g	0,00 g	42,09 g	14,99 g	0,00 g	42,35 g	14,99 g	0,00 g	41,57 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!

