

Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(00479) Bölcsi (1-2 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(2), Pulykasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Lapkasajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Karamell(2), Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka		
		Energia: 299,93 Kcal / 1 253,71 KJ			Energia: 270,93 Kcal / 1 132,49 KJ			Energia: 276,73 Kcal / 1 156,73 KJ			Energia: 333,17 Kcal / 1 392,65 KJ			Energia: 351,06 Kcal / 1 467,43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,24 g	11,25 g	3,79 g	6,12 g	8,42 g	1,90 g	8,70 g	11,61 g	3,36 g	5,23 g	7,52 g	1,90 g	14,81 g	12,40 g	4,29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		37,08 g	4,00 g	0,04 g	42,24 g	14,99 g	0,00 g	33,98 g	7,49 g	0,04 g	60,47 g	30,74 g	0,00 g	44,67 g	9,99 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Alma			Sütőtök			Banán			Alma			Mandarin		
		Energia: 13,92 Kcal / 58,19 KJ			Energia: 116,66 Kcal / 487,64 KJ			Energia: 104,97 Kcal / 438,77 KJ			Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ			Energia: 46,89 Kcal / 196,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,16 g	0,16 g	0,00 g	2,25 g	0,90 g	0,00 g	1,30 g	0,10 g	0,00 g	0,32 g	0,32 g	0,00 g	0,70 g	0,30 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2,80 g	0,00 g	0,00 g	24,75 g	0,00 g	0,00 g	24,20 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g	9,80 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Vagdalt(1,3), Zöldborsófőzelék(1)			Párolt sertéscomb, Karfiolfőzelék(1)			Párolt sertéslapocka, Sárgarépa-főzelék(1)			Párolt csirkemell, Gyümölcsmártás(1,2), Pirított dara(1)			Párolt pulykafelsőcomb, Zöldbabfőzelék(1,2)		
		Energia: 309,67 Kcal / 1 294,42 KJ			Energia: 179,81 Kcal / 751,61 KJ			Energia: 278,27 Kcal / 1 163,17 KJ			Energia: 469,08 Kcal / 1 960,75 KJ			Energia: 187,09 Kcal / 782,04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16,84 g	14,49 g	3,99 g	15,21 g	7,98 g	1,89 g	11,70 g	15,13 g	4,63 g	19,26 g	11,49 g	2,04 g	13,60 g	9,80 g	2,10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27,36 g	0,00 g	0,00 g	11,55 g	0,00 g	0,00 g	23,12 g	5,00 g	0,00 g	70,70 g	17,99 g	0,00 g	10,85 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres szendvicskrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
			Energia: 241,33 Kcal / 1 008,76 KJ			Energia: 231,37 Kcal / 967,13 KJ			Energia: 172,57 Kcal / 721,34 KJ			Energia: 261,96 Kcal / 1 094,99 KJ			Energia: 249,83 Kcal / 1 044,29 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	5,97 g	8,39 g	2,04 g	5,92 g	0,98 g	0,17 g	10,34 g	9,07 g	2,39 g	8,98 g	8,19 g	2,08 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	32,66 g	7,49 g	0,00 g	34,78 g	7,49 g	0,00 g	34,38 g	7,49 g	0,70 g	34,70 g	7,49 g	0,04 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!

