

Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Reggeli	Vaníliastej(2), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)		Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka		Gyümölcsstea, Csirkemell felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)		Gyümölcsstea, Gyümölcsjoghurt(2), Kifli(1,2,4)		Tejeskávé(2), Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka						
		Energia: 310,58 Kcal / 1 298,22 KJ		Energia: 262,61 Kcal / 1 097,71 KJ		Energia: 281,23 Kcal / 1 175,54 KJ		Energia: 286,52 Kcal / 1 197,65 KJ		Energia: 280,11 Kcal / 1 170,86 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		12,84 g	11,72 g	3,91 g	5,58 g	7,91 g	2,14 g	9,45 g	7,80 g	2,01 g	7,72 g	3,95 g	1,95 g	8,93 g	11,15 g	3,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38,06 g	6,49 g	0,70 g	41,85 g	14,99 g	0,04 g	42,89 g	14,99 g	0,04 g	54,41 g	23,11 g	0,60 g	35,83 g	5,00 g	0,00 g
	Tízórai	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
	Ebéd	Párolt sertéslapocka, Zöldségfőzelék(1)		Párolt sertéslapocka, Zöldborsófőzelék(1)		Sült csirkemell, Karfiolfőzelék(1)		Párolt sertéscomb , Karalábéfőzelék(1)		Párolt pulykamell, Kelbimbófőzelék(1)						
		Energia: 216,91 Kcal / 906,68 KJ		Energia: 288,53 Kcal / 1 206,06 KJ		Energia: 162,46 Kcal / 679,08 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	16,65 g	16,13 g	4,71 g	16,98 g	5,35 g	0,66 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	18,63 g	0,00 g	0,00 g	11,44 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.

Uzsonna														
Gyümölcsstea, Retekkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sonkakerém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
Energia: 230,72 Kcal / 964,41 Kj			Energia: 221,93 Kcal / 927,67 Kj			Energia: 210,20 Kcal / 878,64 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
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
6,40 g	2,32 g	0,58 g	8,53 g	2,79 g	0,75 g	5,24 g	2,18 g	0,77 g	7,95 g	13,72 g	4,20 g	9,53 g	8,94 g	2,39 g
45,69 g	14,99 g	0,00 g	40,32 g	14,99 g	0,00 g	42,06 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!

