

Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00480) Bölcsi (2-3 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: 234,98 Kcal / 982,22 KJ		Energia: 253,60 Kcal / 1 060,05 KJ		Energia: 258,89 Kcal / 1 082,16 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	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,84 g	11,72 g	3,91 g	6,15 g	8,02 g	2,14 g	10,02 g	7,91 g	2,01 g	8,29 g	4,06 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	34,22 g	7,49 g	0,04 g	35,26 g	7,49 g	0,04 g	46,78 g	15,61 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	Bolognai spagetti(1,3)		Csirkegulyás(1,3), Lekváros piskótatekercs(1,3)		Sült csirkemell, Csöbenschült karfiol(1,2,3)		Majorannás sertéstokány(1,2), Tésztaköret(1)		Párolt pulykamell, Kelbimbófőzelék(1)						
		Energia: 296,39 Kcal / 1 238,91 KJ		Energia: 349,51 Kcal / 1 460,95 KJ		Energia: 207,01 Kcal / 865,30 KJ		Energia: 261,64 Kcal / 1 093,66 KJ		Energia: 279,64 Kcal / 1 168,90 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14,25 g	14,11 g	4,08 g	15,41 g	5,41 g	0,92 g	17,62 g	10,30 g	3,64 g	15,19 g	9,24 g	2,40 g	20,73 g	15,03 g	2,90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28,84 g	0,00 g	0,00 g	59,08 g	22,48 g	0,00 g	10,75 g	0,00 g	0,02 g	29,09 g	0,00 g	0,00 g	15,02 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(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, Sajtos pogácsa(1,2,3)		
			Energia: 177,34 Kcal / 741,28 Kj			Energia: 194,30 Kcal / 812,17 Kj			Energia: 182,57 Kcal / 763,14 Kj			Energia: 299,06 Kcal / 1 250,07 Kj			Energia: 244,91 Kcal / 1 023,72 Kj		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
5,96 g	2,25 g	0,58 g	9,10 g	2,90 g	0,75 g	5,81 g	2,29 g	0,77 g	8,52 g	13,83 g	4,20 g	4,86 g	9,63 g	0,00 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
33,07 g	7,49 g	0,00 g	32,69 g	7,49 g	0,00 g	34,43 g	7,49 g	0,00 g	34,72 g	7,49 g	0,00 g	32,87 g	7,49 g	0,60 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!

