

Heti étlap 2024.11.25. - 2024.11.29.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00481) Ovi	Tízórai	Kakaó(2), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tejbedara(1,2)			Karamell(2), Briós(1,2,3)		
		Energia: 295,40 Kcal / 1 234,77 KJ			Energia: 196,79 Kcal / 822,58 KJ			Energia: 283,64 Kcal / 1 185,62 KJ			Energia: 324,02 Kcal / 1 354,40 KJ			Energia: 267,59 Kcal / 1 118,53 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,15 g	11,59 g	3,79 g	5,41 g	1,06 g	0,07 g	8,16 g	9,72 g	1,90 g	8,22 g	5,51 g	2,89 g	8,71 g	7,42 g	3,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	35,28 g	4,00 g	0,04 g	41,06 g	14,99 g	0,00 g	40,29 g	14,99 g	0,04 g	59,89 g	35,97 g	0,00 g	41,18 g	15,53 g	0,00 g	
	Ebéd	Karfioles raguleves(1,3), Bolognai spagetti(1,2,3), Alma			Tojásleves(3), Hagymás sült csirkemáj, Sárgaborsófőzelék(1), Túró Rudi(2)			Brokkolikrémléves(1,2), BBQ csirkecomb, Párolt rizs , Káposzta saláta			Daragaluskaleves(1,3), Bakonyi csirke(1,2), Tésztaköret(1), Banán			Gulyásleves(1,3), Sokmagvas rúd házi(1,2,3,10), Alma		
		Energia: 570,89 Kcal / 2 386,32 KJ			Energia: 616,46 Kcal / 2 576,80 KJ			Energia: 562,02 Kcal / 2 349,24 KJ			Energia: 685,65 Kcal / 2 866,02 KJ			Energia: 691,12 Kcal / 2 888,88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30,56 g	26,96 g	6,77 g	40,89 g	15,95 g	2,25 g	34,14 g	16,32 g	5,20 g	28,55 g	21,14 g	3,95 g	36,42 g	27,43 g	6,31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	53,27 g	0,00 g	0,02 g	75,79 g	0,00 g	0,00 g	69,68 g	7,81 g	0,08 g	93,87 g	0,00 g	1,10 g	79,16 g	5,39 g	0,00 g	
	Uzsonna	Szezámós vajkrém(2,10), Zsemle(1), Zöldpaprika			Gépsonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Vajkrém(2), Zsemle(1), Uborka			Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek		
		Energia: 249,73 Kcal / 1 043,87 KJ			Energia: 223,58 Kcal / 934,56 KJ			Energia: 126,10 Kcal / 527,10 KJ			Energia: 201,04 Kcal / 840,35 KJ			Energia: 221,04 Kcal / 923,95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
9,53 g		12,38 g	1,59 g	9,59 g	9,32 g	2,39 g	3,97 g	1,90 g	0,77 g	5,40 g	7,92 g	2,04 g	9,75 g	8,20 g	2,01 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
24,77 g	0,00 g	0,60 g	25,07 g	0,00 g	0,70 g	23,15 g	0,00 g	0,60 g	26,79 g	0,00 g	0,00 g	26,83 g	0,00 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) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

