

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Reggeli	Vaníliástej(2), Olasz felvágott*, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Lapkasajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)	Tejeskávé(2), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 346,21 Kcal / 1 447,16 KJ	Energia: 244,87 Kcal / 1 023,56 KJ	Energia: 259,05 Kcal / 1 082,83 KJ	Energia: 206,27 Kcal / 862,21 KJ	Energia: 297,96 Kcal / 1 245,47 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,06 g	16,46 g	5,71 g	6,73 g	8,57 g	1,90 g	10,10 g	9,05 g	2,39 g	4,99 g	2,12 g	0,77 g	12,09 g	11,35 g	3,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38,04 g	6,49 g	0,00 g	34,87 g	7,49 g	0,00 g	33,94 g	7,49 g	0,70 g	41,46 g	14,99 g	0,00 g	36,67 g	5,00 g	0,04 g
	Tízórai	Alma	Narancs	Banán	Mandarin	Alma										
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 41,41 Kcal / 173,09 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 70,33 Kcal / 293,98 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	0,60 g	0,20 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	1,05 g	0,45 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	8,50 g	0,00 g	0,00 g	36,30 g	0,00 g	0,00 g	14,70 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	Ebéd	Sajtpuding(1,2,3), Sütőtökfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Parajfőzelék(1,2), Félbarna kenyér(1)	Párolt sertéslapocka, Brokkolifőzelék(1)	Párolt sertéscomb, Karfiolfőzelék(1), Félbarna kenyér(1)	Párolt pulykamell, Finomfőzelék(1)										
		Energia: 273,85 Kcal / 1 144,69 KJ	Energia: 365,57 Kcal / 1 528,08 KJ	Energia: 226,76 Kcal / 947,86 KJ	Energia: 357,85 Kcal / 1 495,81 KJ	Energia: 246,40 Kcal / 1 029,95 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5,37 g	14,17 g	3,18 g	22,30 g	13,09 g	3,08 g	12,73 g	16,85 g	4,79 g	25,40 g	11,44 g	2,72 g	17,94 g	8,09 g	1,91 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30,90 g	15,98 g	0,04 g	39,20 g	0,00 g	0,00 g	5,80 g	0,00 g	0,00 g	37,88 g	0,00 g	0,00 g	24,88 g	0,00 g	0,00 g



Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.																	
Uzsonna			2024.12.02.			2024.12.03.			2024.12.04.			2024.12.05.			2024.12.06.		
			Gyümölcsstea, Tökmagos vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Házi májkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Sajtos párizsi(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
Energia: 327,29 Kcal / 1 368,07 KJ			Energia: 189,05 Kcal / 790,23 KJ			Energia: 172,57 Kcal / 721,34 KJ			Energia: 305,45 Kcal / 1 276,78 KJ			Energia: 305,55 Kcal / 1 277,20 KJ					
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
8,14 g	14,16 g	4,28 g	7,34 g	2,93 g	0,89 g	5,92 g	0,98 g	0,17 g	9,40 g	11,59 g	3,31 g	5,80 g	7,63 g	1,90 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
41,32 g	14,99 g	0,00 g	33,05 g	7,49 g	0,00 g	34,78 g	7,49 g	0,00 g	40,47 g	7,49 g	0,56 g	52,84 g	23,24 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!

