

Heti étlap 2025.01.06. - 2025.01.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(rizstej), Pulykasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Tejbedara(rizstej)(1)	Karamell(rizstej), Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika										
		Energia: 293,86 Kcal / 1 228,33 KJ	Energia: 263,40 Kcal / 1 101,01 KJ	Energia: 286,68 Kcal / 1 198,32 KJ	Energia: 208,73 Kcal / 872,49 KJ	Energia: 298,72 Kcal / 1 248,65 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,55 g	10,64 g	3,77 g	5,21 g	8,00 g	1,90 g	9,53 g	8,94 g	2,39 g	5,33 g	2,11 g	1,30 g	10,50 g	10,57 g	3,54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,38 g	4,00 g	0,04 g	42,23 g	14,99 g	0,00 g	41,57 g	14,99 g	0,70 g	41,54 g	28,98 g	0,00 g	39,78 g	9,99 g	0,00 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Banán	Mandarin	Kivi	Alma										
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 46,89 Kcal / 196,00 KJ	Energia: 60,90 Kcal / 254,56 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,32 g	0,32 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	0,70 g	0,30 g	0,00 g	1,00 g	0,60 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	36,30 g	0,00 g	0,00 g	9,80 g	0,00 g	0,00 g	11,30 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Vagdalt(1,3), Zöldbabfőzelék(1)	Pulykaraguleves(1,3), Ízes derelye(1,3)	Sült csirkecomb , Gyümölcsmártás(1), Piritott dara(1)	Rakott sárgarépa, Félbarna kenyér(1)	Párolt pulykamell, Cékla-főzelék(1)										
		Energia: 316,32 Kcal / 1 322,22 KJ	Energia: 414,31 Kcal / 1 731,82 KJ	Energia: 459,96 Kcal / 1 922,63 KJ	Energia: 297,37 Kcal / 1 243,01 KJ	Energia: 223,99 Kcal / 936,28 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15,80 g	15,20 g	2,43 g	21,77 g	15,46 g	3,10 g	17,44 g	11,22 g	1,61 g	15,32 g	3,68 g	1,07 g	15,20 g	6,98 g	1,78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28,39 g	0,00 g	0,00 g	45,79 g	2,99 g	0,00 g	70,78 g	17,99 g	0,00 g	50,02 g	0,00 g	0,00 g	24,03 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2025.01.06. - 2025.01.10.

Heti étlap 2025.01.06. - 2025.01.10.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tojáskrém(3), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
			Energia: 261,92 Kcal / 1 094,83 KJ			Energia: 255,35 Kcal / 1 067,36 KJ			Energia: 214,77 Kcal / 897,74 KJ			Energia: 265,43 Kcal / 1 109,50 KJ			Energia: 261,05 Kcal / 1 091,19 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
5,96 g	11,55 g	2,86 g	5,01 g	7,52 g	1,90 g	7,31 g	5,75 g	1,26 g	5,21 g	8,02 g	1,91 g	5,01 g	7,98 g	1,90 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
33,17 g	7,49 g	0,00 g	41,49 g	14,99 g	0,00 g	33,14 g	7,49 g	0,00 g	42,69 g	14,99 g	0,00 g	41,89 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) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

