

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes</b>															
	<b>Reggeli</b>			Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Rizstej, Gabonapehely(1)			Tejeskávé(rizstej), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka		
	Energia: 324,67 Kcal / 1 357,12 KJ			Energia: 244,87 Kcal / 1 023,56 KJ			Energia: 259,05 Kcal / 1 082,83 KJ			Energia: 71,96 Kcal / 300,79 KJ			Energia: 276,43 Kcal / 1 155,48 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	10,96 g	15,16 g	5,19 g	6,73 g	8,57 g	1,90 g	10,10 g	9,05 g	2,39 g	3,16 g	0,60 g	0,20 g	11,99 g	10,05 g	3,08 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	35,54 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	13,36 g	0,00 g	0,00 g	34,17 g	5,00 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>			Alma			Narancs			Banán			Mandarin		
	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
<b>Ebéd</b>			Párolt sertéslapocka tejO, Sütőtkfőzelék(1)			Zöldborsós raguleves(1,3), Barackos sütemény(1,3)			Rakott brokkoli			Párolt sertéscomb, Vadasmártás(1,6), Tésztaköret(1)			
Energia: 329,35 Kcal / 1 376,68 KJ			Energia: 303,45 Kcal / 1 268,42 KJ			Energia: 233,32 Kcal / 975,28 KJ			Energia: 355,49 Kcal / 1 485,95 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	
9,85 g	22,24 g	5,59 g	10,82 g	10,23 g	2,50 g	12,35 g	13,57 g	3,84 g	18,86 g	9,28 g	2,10 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	
22,06 g	15,98 g	0,00 g	41,54 g	16,04 g	0,00 g	15,14 g	0,00 g	0,00 g	48,63 g	9,99 g	0,00 g	24,88 g	0,00 g	0,00 g	



## Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Tökmagos marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Házi májkrém , Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
	Energia: 354,04 Kcal / 1 479,89 Kj			Energia: 245,74 Kcal / 1 027,19 Kj			Energia: 232,10 Kcal / 970,18 Kj			Energia: 235,90 Kcal / 986,06 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
	8,71 g	20,27 g	4,21 g	7,59 g	5,57 g	1,31 g	5,78 g	7,67 g	1,91 g	6,06 g	8,05 g	2,04 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	
33,72 g	7,49 g	0,00 g	40,91 g	14,99 g	0,00 g	34,66 g	7,49 g	0,00 g	34,46 g	7,49 g	0,00 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) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

