

Heti étlap 2025.01.06. - 2025.01.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00481) Ovi	Tízórai	Kakaó(2), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tejbedara(1,2)			Karamell(2), Sajtos pogácsa(1,2,3)		
		Energia: 295,40 Kcal / 1 234,77 KJ			Energia: 262,00 Kcal / 1 095,16 KJ			Energia: 286,07 Kcal / 1 195,77 KJ			Energia: 324,02 Kcal / 1 354,40 KJ			Energia: 340,63 Kcal / 1 423,83 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	5,73 g	8,31 g	2,14 g	9,68 g	9,34 g	2,39 g	8,22 g	5,51 g	2,89 g	9,30 g	13,70 g	2,28 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	40,65 g	14,99 g	0,04 g	40,37 g	14,99 g	0,70 g	59,89 g	35,97 g	0,00 g	43,14 g	9,99 g	0,60 g	
	Ebéd	Húsgombóclevés(1,3), Csokis gombóc(1,2,3), Alma			Tojáslevés(3), Főtt virsli, Lencsefőzelék(1), Banán			Gyümölcslevés(1,2), Töltött csirkecomb(1,3), Hagymás tört burgonya, Párolt lilakáposzta			Zöldséglevés(1,3), Csikós tokány(1,2), Tésztaköret(1), Kivi			Gulyáslevés(1,3), Barackos sütemény(1,2,3), Alma		
		Energia: 625,78 Kcal / 2 615,76 KJ			Energia: 685,53 Kcal / 2 865,52 KJ			Energia: 764,58 Kcal / 3 195,94 KJ			Energia: 578,04 Kcal / 2 416,21 KJ			Energia: 623,34 Kcal / 2 605,56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18,64 g	24,02 g	5,58 g	28,73 g	24,93 g	5,56 g	36,59 g	28,82 g	4,64 g	27,98 g	26,91 g	6,37 g	22,11 g	25,92 g	6,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	80,67 g	11,18 g	0,00 g	85,15 g	0,00 g	0,00 g	87,09 g	16,38 g	0,00 g	53,73 g	0,00 g	0,00 g	74,12 g	18,46 g	0,00 g	
	Uzsonna	Zöldfűszeres szendvicsszendvicskrém(2), Zsemle(1)			Vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Tojáskrém(2,3), Zsemle(1), Retek			Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Paradicsom			Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika		
		Energia: 223,40 Kcal / 933,81 KJ			Energia: 143,18 Kcal / 598,49 KJ			Energia: 149,79 Kcal / 626,12 KJ			Energia: 137,10 Kcal / 573,08 KJ			Energia: 200,43 Kcal / 837,80 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
4,19 g		12,31 g	5,81 g	5,06 g	2,50 g	0,77 g	5,90 g	3,58 g	1,21 g	5,41 g	1,25 g	0,17 g	5,55 g	8,32 g	2,04 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
23,69 g	0,00 g	0,60 g	24,96 g	0,00 g	0,00 g	23,33 g	0,00 g	0,60 g	25,91 g	0,00 g	0,00 g	25,59 g	0,00 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)ogyorót, (8) halat, (9) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

