

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(rizstej), Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Alpro puding, Félbarna kenyér(1)	Karamell(rizstej), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 349,57 Kcal / 1 461,20 KJ	Energia: 263,39 Kcal / 1 100,97 KJ	Energia: 291,04 Kcal / 1 216,55 KJ	Energia: 309,30 Kcal / 1 292,87 KJ	Energia: 314,99 Kcal / 1 316,66 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10,37 g	10,08 g	3,59 g	5,21 g	8,00 g	1,90 g	9,73 g	8,98 g	2,38 g	8,74 g	3,40 g	1,00 g	13,62 g	10,73 g	3,58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		53,52 g	19,75 g	0,00 g	42,23 g	14,99 g	0,00 g	42,37 g	14,99 g	0,70 g	59,79 g	29,74 g	0,00 g	40,36 g	9,99 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Narancs	Mandarin	Banán	Alma										
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 62,12 Kcal / 259,66 KJ	Energia: 70,32 Kcal / 293,94 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 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	0,90 g	0,30 g	0,00 g	1,05 g	0,45 g	0,00 g	1,95 g	0,15 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	12,75 g	0,00 g	0,00 g	14,70 g	0,00 g	0,00 g	36,30 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt sertéscomb , Zöldbabfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Zellerfőzelék(1,5)	Párolt sertéslapocka, Finomfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Brokkolifőzelék(1)	Párolt csirkecomb, Zöldségfőzelék(1)										
		Energia: 264,88 Kcal / 1 107,20 KJ	Energia: 145,70 Kcal / 609,03 KJ	Energia: 336,18 Kcal / 1 405,23 KJ	Energia: 155,04 Kcal / 648,07 KJ	Energia: 143,06 Kcal / 597,99 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16,20 g	13,96 g	2,51 g	12,65 g	6,26 g	1,66 g	17,93 g	15,47 g	4,62 g	14,55 g	8,02 g	1,87 g	10,32 g	6,88 g	1,07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		18,00 g	0,00 g	0,00 g	8,89 g	0,00 g	0,00 g	30,58 g	0,00 g	0,00 g	5,98 g	0,00 g	0,00 g	9,80 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Retekkrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tökmagos marg.krém, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Miniméz, Margarin, Félbarna kenyér(1)		
	Energia: 261,80 Kcal / 1 094,32 Kj			Energia: 379,92 Kcal / 1 588,07 Kj			Energia: 254,74 Kcal / 1 064,81 Kj			Energia: 263,51 Kcal / 1 101,47 Kj			Energia: 320,77 Kcal / 1 340,82 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,98 g	11,55 g	2,85 g	7,79 g	19,74 g	4,21 g	5,16 g	7,92 g	1,90 g	5,48 g	7,94 g	2,03 g	5,09 g	7,52 g	1,90 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,12 g	7,49 g	0,00 g	42,21 g	14,99 g	0,00 g	40,29 g	14,99 g	0,00 g	42,09 g	14,99 g	0,00 g	57,69 g	31,19 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!

