

Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Reggeli	Vaníliástej(2), Csemegekaraj, Margarin, Félbarna kenyér(1)		Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Félbarna kenyér(1), Paradicsom		Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)		Tej(2), Gabonapehely(1)		Tejeskávé(2), Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka						
		Energia: 301,36 Kcal / 1 259,68 KJ		Energia: 169,77 Kcal / 709,64 KJ		Energia: 277,46 Kcal / 1 159,78 KJ		Energia: 111,38 Kcal / 465,57 KJ		Energia: 304,75 Kcal / 1 273,86 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,72 g	10,86 g	3,60 g	5,83 g	0,77 g	0,07 g	8,41 g	8,08 g	2,08 g	4,60 g	1,15 g	0,38 g	11,69 g	12,59 g	3,42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38,82 g	6,49 g	0,07 g	34,63 g	7,49 g	0,00 g	42,33 g	14,99 g	0,04 g	20,53 g	0,00 g	0,00 g	35,83 g	5,00 g	0,04 g
	Tízórai	Alma		Banán		Kivi		Mandarin		Alma						
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ		Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ		Energia: 60,90 Kcal / 254,56 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	1,95 g	0,15 g	0,00 g	1,00 g	0,60 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	36,30 g	0,00 g	0,00 g	11,30 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	Párolt sertéslapocka, Zöldségfőzelék(1)		Párolt sertéscomb, Tökfőzelék(1,2)		Sajtpuding(1,2,3), Sütőtökfőzelék(1)		Sült csirkemell, Csőbensült karfiol(1,2,3)		Párolt pulykafelsőcomb, Karalábefőzelék(1)						
		Energia: 216,91 Kcal / 906,68 KJ		Energia: 218,17 Kcal / 911,95 KJ		Energia: 274,00 Kcal / 1 145,32 KJ		Energia: 439,22 Kcal / 1 835,94 KJ		Energia: 403,54 Kcal / 1 686,80 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,70 g	14,90 g	4,60 g	15,55 g	10,54 g	2,74 g	6,15 g	13,64 g	3,36 g	31,47 g	16,35 g	5,46 g	24,71 g	15,38 g	3,18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		9,76 g	0,00 g	0,00 g	14,84 g	0,00 g	0,00 g	31,34 g	14,98 g	0,04 g	41,07 g	0,00 g	0,03 g	41,12 g	0,00 g	0,00 g



Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Szezámós vajkrém(2,10), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Házi májkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Gyümölcsstea, Sonkás croissant(1,2,3)		
			Energia: 377,02 Kcal / 1 575,94 KJ			Energia: 217,29 Kcal / 908,27 KJ			Energia: 181,96 Kcal / 760,59 KJ			Energia: 235,54 Kcal / 984,56 KJ			Energia: 161,53 Kcal / 675,20 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
17,90 g	7,94 g	0,79 g	6,62 g	2,42 g	0,89 g	5,96 g	2,69 g	0,77 g	6,19 g	8,02 g	2,14 g	9,29 g	20,92 g	0,00 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
57,93 g	14,99 g	0,00 g	41,88 g	14,99 g	0,00 g	33,23 g	7,49 g	0,00 g	34,32 g	7,49 g	0,04 g	62,30 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) diófélét, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

