

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Reggeli	Kakaó(2), Fonottkalács(1,2,3)	Gyümölcsstea, Lapkasajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Vaníliás túrókrém(2), Kifli(1,2,4)	Karamell(2), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 484,18 Kcal / 2 023,87 KJ	Energia: 282,89 Kcal / 1 182,48 KJ	Energia: 291,04 Kcal / 1 216,55 KJ	Energia: 220,13 Kcal / 920,14 KJ	Energia: 347,28 Kcal / 1 451,63 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15,47 g	13,64 g	6,03 g	6,95 g	9,22 g	1,90 g	9,73 g	8,98 g	2,38 g	7,22 g	1,09 g	0,43 g	13,77 g	12,68 g	4,36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		74,30 g	10,99 g	0,00 g	42,61 g	14,99 g	0,00 g	42,37 g	14,99 g	0,70 g	44,99 g	18,59 g	0,60 g	44,11 g	9,99 g	0,04 g
	Tízórai	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
	Ebéd	Párolt sertéscomb , Zöldbabfőzelék(1,2)	Párolt sertéscomb , Zellerfőzelék(1,5)	Párolt sertéslapocka, Finomfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Brokkolifőzelék(1)	Párolt csirkecomb, Zöldségfőzelék(1)										
		Energia: 199,63 Kcal / 834,45 KJ	Energia: 145,70 Kcal / 609,03 KJ	Energia: 313,81 Kcal / 1 311,73 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
		13,92 g	10,92 g	2,19 g	12,65 g	6,26 g	1,66 g	16,44 g	16,22 g	4,71 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
		11,01 g	0,00 g	0,00 g	8,89 g	0,00 g	0,00 g	24,86 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(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tökmagos vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Lekváros táska(1,2,3)		
	Energia: 204,97 Kcal / 856,77 KJ			Energia: 325,54 Kcal / 1 360,76 KJ			Energia: 195,21 Kcal / 815,98 KJ			Energia: 263,53 Kcal / 1 101,56 KJ			Energia: 316,49 Kcal / 1 322,93 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,39 g	2,14 g	0,58 g	7,79 g	13,74 g	4,28 g	5,29 g	1,22 g	0,16 g	5,49 g	7,94 g	2,04 g	7,79 g	6,72 g	0,00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
40,70 g	14,99 g	0,00 g	42,18 g	14,99 g	0,00 g	40,41 g	14,99 g	0,00 g	42,09 g	14,99 g	0,00 g	15,30 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) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmaz!

