

Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Kakaó(2), Pulykasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Gyümölcsjoghurt(2), Kifli(1,2,4)	Karamell(2), Olasz felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 378,40 Kcal / 1 581,71 KJ	Energia: 167,74 Kcal / 701,15 KJ	Energia: 263,43 Kcal / 1 101,14 KJ	Energia: 258,89 Kcal / 1 082,16 KJ	Energia: 422,29 Kcal / 1 765,17 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18,80 g	14,55 g	5,50 g	5,83 g	0,75 g	0,06 g	10,30 g	9,09 g	2,40 g	8,29 g	4,06 g	1,95 g	14,81 g	19,68 g	7,23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		42,62 g	4,00 g	0,08 g	34,17 g	7,49 g	0,00 g	34,74 g	7,49 g	0,70 g	46,78 g	15,61 g	0,60 g	45,98 g	9,99 g	0,00 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Banán	Mandarin	Kivi	Alma										
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 83,98 Kcal / 351,04 KJ	Energia: 46,89 Kcal / 196,00 KJ	Energia: 60,90 Kcal / 254,56 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	1,04 g	0,08 g	0,00 g	0,70 g	0,30 g	0,00 g	1,00 g	0,60 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	19,36 g	0,00 g	0,00 g	9,80 g	0,00 g	0,00 g	11,30 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Főtt tojás(3), Parajfőzelék(1,2), Félbarna kenyér(1)	Hüsgombócleves(1,3), Almás darafelfűjt(1,2,3)	Sült hal, Burgonyapüré(2)	Rakott brokkoli(2)	Párolt pulykafelsőcomb, Finomfőzelék(1)										
		Energia: 240,58 Kcal / 1 005,62 KJ	Energia: 514,48 Kcal / 2 150,53 KJ	Energia: 320,43 Kcal / 1 339,40 KJ	Energia: 380,51 Kcal / 1 590,53 KJ	Energia: 246,00 Kcal / 1 028,28 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,88 g	6,59 g	1,59 g	18,87 g	17,16 g	5,53 g	15,99 g	9,59 g	2,29 g	19,19 g	23,00 g	7,25 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
		32,15 g	0,00 g	0,00 g	70,44 g	17,98 g	0,00 g	41,31 g	0,00 g	0,00 g	23,70 g	0,00 g	0,00 g	24,88 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.															
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres szendvicskrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Házi májkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tojáskrém(2,3), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Túrós táska(1,2,3)		
	Energia: 241,33 Kcal / 1 008,76 KJ			Energia: 189,66 Kcal / 792,78 KJ			Energia: 194,56 Kcal / 813,26 KJ			Energia: 182,57 Kcal / 763,14 KJ			Energia: 292,04 Kcal / 1 220,73 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	6,12 g	9,06 g	3,88 g	7,19 g	2,53 g	0,89 g	7,07 g	3,83 g	1,08 g	5,81 g	2,29 g	0,77 g	4,46 g	12,43 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,49 g	7,49 g	0,00 g	34,25 g	7,49 g	0,00 g	32,69 g	7,49 g	0,00 g	34,43 g	7,49 g	0,00 g	38,57 g	7,49 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!

