

Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	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: 249,83 Kcal / 1 044,29 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	8,98 g	8,19 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	34,70 g	7,49 g	0,04 g	20,53 g	0,00 g	0,00 g	35,83 g	5,00 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	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
	<b>Ebéd</b>	Bolognai spagetti(1,3)		Sertésraguleves(1,3), Pizzás csiga(1,2,3)		Sajtpuding(1,2,3), Sütőtökfőzelék(1)		Sült csirkemell, Csőbensült karfiol(1,2,3)		Párolt pulykafelsőcomb, Karalábéfőzelék(1)						
		Energia: 296,39 Kcal / 1 238,91 KJ		Energia: 328,48 Kcal / 1 373,05 KJ		Energia: 308,09 Kcal / 1 287,82 KJ		Energia: 415,19 Kcal / 1 735,49 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
		14,25 g	14,11 g	4,08 g	15,27 g	9,73 g	2,58 g	7,43 g	15,64 g	4,01 g	27,77 g	15,36 g	5,32 g	24,69 g	15,37 g	3,18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28,84 g	0,00 g	0,00 g	45,46 g	3,60 g	0,03 g	34,05 g	14,98 g	0,06 g	41,00 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.															
<b>Uzsonna</b>	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: 234,18 Kcal / 978,87 KJ			Energia: 189,66 Kcal / 792,78 KJ			Energia: 181,96 Kcal / 760,59 KJ			Energia: 235,54 Kcal / 984,56 KJ			Energia: 133,90 Kcal / 559,70 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	8,67 g	7,07 g	0,79 g	7,19 g	2,53 g	0,89 g	5,96 g	2,69 g	0,77 g	6,19 g	8,02 g	2,14 g	9,86 g	21,03 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	33,64 g	7,49 g	0,00 g	34,25 g	7,49 g	0,00 g	33,23 g	7,49 g	0,00 g	34,32 g	7,49 g	0,04 g	54,67 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!

