

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00481) Ovi	Tízórai	Kakaó(2), Fonottkalács(1,2,3)			Gyümölcsstea, Lapkasajt(2), Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcsstea, Gépsonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vaníliás túrókrém(2), Kifli(1,2,4)			Karamell(2), Lekváros táska(1,2,3)		
		Energia: 484,19 Kcal / 2 023,91 KJ			Energia: 282,29 Kcal / 1 179,97 KJ			Energia: 286,07 Kcal / 1 195,77 KJ			Energia: 239,17 Kcal / 999,73 KJ			Energia: 384,58 Kcal / 1 607,54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15,47 g	13,65 g	6,04 g	7,10 g	9,62 g	1,90 g	9,68 g	9,34 g	2,39 g	8,68 g	1,36 g	0,58 g	12,80 g	10,90 g	2,28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	74,31 g	10,99 g	0,00 g	41,41 g	14,99 g	0,00 g	40,37 g	14,99 g	0,70 g	47,66 g	20,78 g	0,60 g	17,94 g	9,99 g	0,00 g	
	Ebéd	Májgombóclevés(1,3), Káposztás kocka(1), Alma			Zöldbableves(1,2,3), Kőleses vagdalt(3), Burgonyafőzelék(1,2), Narancs			Rostos gyümölcsle, Rántott hal(1,3), Francia saláta(2,6), Párolt rizs			Karfiollevés(1,3), Gombás sertésszelet(1,2), Tésztaköret(1), Banán			Tárkonyos pulykaraguleves(1,2,3), Sajtos pogácsa(1,2,3), Alma		
		Energia: 488,56 Kcal / 2 042,18 KJ			Energia: 631,24 Kcal / 2 638,58 KJ			Energia: 759,70 Kcal / 3 175,55 KJ			Energia: 628,25 Kcal / 2 626,09 KJ			Energia: 503,46 Kcal / 2 104,46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21,12 g	9,37 g	1,61 g	22,36 g	27,40 g	8,17 g	21,00 g	31,68 g	4,59 g	30,00 g	17,73 g	4,66 g	22,21 g	16,20 g	4,08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	78,70 g	15,98 g	0,00 g	71,17 g	0,00 g	0,00 g	96,02 g	1,80 g	0,00 g	85,80 g	0,00 g	1,75 g	66,69 g	4,80 g	0,03 g	
	Uzsonna	Retekkrém(2), Zsemle(1)			Tökmagos vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Sajtkrém(2), Zsemle(1), Paradicsom			Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika			Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka		
		Energia: 123,05 Kcal / 514,35 KJ			Energia: 262,45 Kcal / 1 097,04 KJ			Energia: 117,67 Kcal / 491,86 KJ			Energia: 200,43 Kcal / 837,80 KJ			Energia: 216,71 Kcal / 905,85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
4,01 g		1,50 g	0,58 g	7,85 g	14,12 g	4,28 g	4,12 g	0,63 g	0,17 g	5,55 g	8,32 g	2,04 g	8,67 g	8,48 g	2,08 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
23,25 g	0,00 g	0,60 g	25,68 g	0,00 g	0,00 g	23,76 g	0,00 g	0,60 g	25,59 g	0,00 g	0,00 g	26,17 g	0,00 g	0,04 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!

