

Heti étlap 2025.02.10. - 2025.02.14.

	Heti étlap 2025.02.10. - 2025.02.14.															
	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
(00481) Ovi																
	Tízórai	Vanília-tej(2), Kuglóf(1,2,3)			Gyümölcs-tea, Sajt(2), Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka			Gyümölcs-tea, Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcs-tea, Tejbedara(1,2)			Tejeskávé(2), Túrós táska(1,2,3)		
		Energia: 262,80 Kcal / 1 098,50 KJ			Energia: 262,00 Kcal / 1 095,16 KJ			Energia: 259,00 Kcal / 1 082,62 KJ			Energia: 336,08 Kcal / 1 404,81 KJ			Energia: 395,53 Kcal / 1 653,32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		10,11 g	8,46 g	4,41 g	5,73 g	8,31 g	2,14 g	5,40 g	8,28 g	2,04 g	8,90 g	6,07 g	3,19 g	14,52 g	12,37 g	7,96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	36,24 g	9,79 g	0,00 g	40,65 g	14,99 g	0,04 g	40,29 g	14,99 g	0,00 g	60,95 g	35,97 g	0,00 g	56,10 g	19,60 g	0,20 g	
	Ebéd	Hortobágyi betyárleves(1,3), Mákos nudli(1), Alma			Pulykaraguleves(1,3), Főtt tojás(3), Parajfőzelék(1,2), Tejszelet(1,2)			Rostos gyümölcslé, Rántott karaj(1,3), Sütőben sült burgonya, Majonéz kukorica(2,3,6)			Magyaros gombaleves(1,3), Pásztortarhonya(1,3), Mandarín			Gulyásleves(1,3), Zabpelyhes meggyes sütemény(1,3), Alma		
		Energia: 598,16 Kcal / 2 500,31 KJ			Energia: 618,66 Kcal / 2 586,00 KJ			Energia: 795,83 Kcal / 3 326,57 KJ			Energia: 599,15 Kcal / 2 504,45 KJ			Energia: 500,08 Kcal / 2 090,33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		27,98 g	14,23 g	2,93 g	34,43 g	34,76 g	10,71 g	36,68 g	24,78 g	5,27 g	18,98 g	24,81 g	5,87 g	18,12 g	17,62 g	3,94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	86,68 g	6,99 g	0,00 g	41,26 g	7,67 g	0,00 g	72,61 g	0,00 g	2,00 g	73,29 g	0,00 g	0,84 g	65,09 g	10,54 g	0,00 g	
	Uzsonna	Tonhalkrém(2), Teljeskiőrlésű zsemle(1), Paradicsom			Sonkkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Magyaros vajkrém(2), Zsemle(1), Zöldpaprika			Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek			Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka		
		Energia: 192,07 Kcal / 802,85 KJ			Energia: 159,44 Kcal / 666,46 KJ			Energia: 127,67 Kcal / 533,66 KJ			Energia: 135,63 Kcal / 566,93 KJ			Energia: 243,61 Kcal / 1 018,29 KJ		
Fehérje		Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	
7,89 g		4,68 g	1,49 g	8,44 g	2,77 g	0,75 g	4,01 g	1,94 g	0,77 g	5,45 g	1,23 g	0,16 g	8,39 g	11,90 g	3,36 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
29,37 g	0,00 g	0,00 g	25,02 g	0,00 g	0,00 g	23,41 g	0,00 g	0,60 g	25,55 g	0,00 g	0,00 g	25,45 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)ogyorót, (8) halat, (9) diófélélt, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatésűeket tartalmaz!

