

Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliástej(rizstej), Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Pizzasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Főtt virsli, Félbarna kenyér(1)	Tejeskávé(rizstej), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 374,30 Kcal / 1 564,57 KJ	Energia: 236,95 Kcal / 990,45 KJ	Energia: 263,19 Kcal / 1 100,13 KJ	Energia: 256,94 Kcal / 1 074,01 KJ	Energia: 316,36 Kcal / 1 322,38 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,74 g	10,50 g	3,90 g	5,88 g	8,12 g	1,90 g	8,88 g	9,49 g	1,91 g	10,56 g	8,63 g	3,06 g	15,39 g	11,56 g	4,08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		57,26 g	22,24 g	0,00 g	34,77 g	7,49 g	0,00 g	35,06 g	7,49 g	0,04 g	33,90 g	7,49 g	0,00 g	37,14 g	5,00 g	0,04 g
	<b>Tízórai</b>	Gyümölcsstea, Alma	Kivi	Banán	Narancs	Alma										
		Energia: 62,69 Kcal / 262,04 KJ	Energia: 91,35 Kcal / 381,84 KJ	Energia: 104,97 Kcal / 438,77 KJ	Energia: 62,12 Kcal / 259,66 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
		0,98 g	0,45 g	0,00 g	1,50 g	0,90 g	0,00 g	1,30 g	0,10 g	0,00 g	0,90 g	0,30 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
		13,27 g	7,49 g	0,00 g	16,95 g	0,00 g	0,00 g	24,20 g	0,00 g	0,00 g	12,75 g	0,00 g	0,00 g	5,60 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt sertéscomb , Zellerfőzelék(1,5)	Párolt pulykafelsőcomb, Tökfőzelék(1)	Reszelt csirkemáj, Főtt burgonya	Párolt sertéscomb , Karalábefőzelék(1)	Párolt sertéslapocka, Kapros káposztafőzelék(1)										
		Energia: 145,70 Kcal / 609,03 KJ	Energia: 275,08 Kcal / 1 149,83 KJ	Energia: 331,47 Kcal / 1 385,54 KJ	Energia: 282,76 Kcal / 1 181,94 KJ	Energia: 265,52 Kcal / 1 109,87 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,65 g	6,26 g	1,66 g	15,77 g	10,58 g	2,23 g	18,78 g	10,40 g	1,91 g	17,34 g	9,35 g	2,00 g	12,35 g	17,15 g	4,83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		8,89 g	0,00 g	0,00 g	28,75 g	0,00 g	0,00 g	39,58 g	0,00 g	0,00 g	31,86 g	0,00 g	0,00 g	14,79 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.																	
Uzsonna			Gyümölcsstea, Tökmagos marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Fahéjas csiga(1,3)		
			Energia: 357,57 Kcal / 1 494,64 KJ			Energia: 227,72 Kcal / 951,87 KJ			Energia: 261,92 Kcal / 1 094,83 KJ			Energia: 233,60 Kcal / 976,45 KJ			Energia: 265,52 Kcal / 1 109,87 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
8,87 g	20,34 g	4,21 g	5,58 g	7,63 g	1,90 g	5,96 g	11,55 g	2,86 g	5,94 g	7,72 g	1,90 g	6,25 g	8,27 g	2,23 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
34,28 g	7,49 g	0,00 g	33,86 g	7,49 g	0,00 g	33,17 g	7,49 g	0,00 g	34,76 g	7,49 g	0,00 g	41,26 g	17,98 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) halat, (8) rákot, (9) kéndioxidot, szulfítot, (10) csillagfürtöt, (11) puhatestűeket tartalmaz!

