

Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Reggeli	Vaníliastej(rizstej), Kuglóf(1,2,3)	Gyümölcsstea, Lapkasajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Pizzasonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Főtt virsli, Kifli(1,2,4)	Tejeskávét(rizstej), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 335,88 Kcal / 1 403,98 KJ	Energia: 243,85 Kcal / 1 019,29 KJ	Energia: 263,19 Kcal / 1 100,13 KJ	Energia: 247,83 Kcal / 1 035,93 KJ	Energia: 316,36 Kcal / 1 322,38 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,21 g	8,72 g	4,75 g	6,75 g	8,50 g	1,90 g	8,88 g	9,49 g	1,91 g	9,80 g	8,44 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
		50,39 g	13,08 g	0,00 g	34,76 g	7,49 g	0,00 g	35,06 g	7,49 g	0,04 g	32,83 g	7,49 g	0,60 g	37,14 g	5,00 g	0,04 g
	Tízórai	Gyümölcsstea, Alma	Kivi	Banán	Narancs	Alma										
		Energia: 90,32 Kcal / 377,54 KJ	Energia: 91,35 Kcal / 381,84 KJ	Energia: 104,97 Kcal / 438,77 KJ	Energia: 62,12 Kcal / 259,66 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,41 g	0,34 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	0,60 g	0,60 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		20,90 g	14,99 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	10,50 g	0,00 g	0,00 g
	Ebéd	Párolt sertéscomb , Zellerfőzelék(1,5)	Párolt pulykafelsőcomb, Tőkfőzelék(1,2), Félbarna kenyér(1)	Reszelt csirkemáj, Főtt burgonya	Párolt sertéscomb , Karalábefőzelék(1)	Párolt sertéslapocka, Kapros káposztafőzelék(1)										
		Energia: 145,70 Kcal / 609,03 KJ	Energia: 304,96 Kcal / 1 274,73 KJ	Energia: 331,47 Kcal / 1 385,54 KJ	Energia: 323,70 Kcal / 1 353,07 KJ	Energia: 250,15 Kcal / 1 045,63 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,65 g	6,26 g	1,66 g	16,52 g	11,99 g	2,91 g	18,78 g	10,40 g	1,91 g	18,76 g	10,87 g	2,17 g	11,76 g	16,97 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	32,28 g	0,00 g	0,00 g	39,58 g	0,00 g	0,00 g	37,15 g	0,00 g	0,00 g	11,95 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 vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Magyaros vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres szendvicskrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Gyümölcsstea, Fahéjas csiga(1,2,3)		
			Energia: 303,19 Kcal / 1 267,33 KJ			Energia: 178,65 Kcal / 746,76 KJ			Energia: 241,33 Kcal / 1 008,76 KJ			Energia: 174,07 Kcal / 727,61 KJ			Energia: 290,86 Kcal / 1 215,79 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
8,87 g	14,34 g	4,28 g	5,57 g	2,23 g	0,77 g	6,12 g	9,06 g	3,88 g	6,08 g	1,03 g	0,16 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			
34,25 g	7,49 g	0,00 g	33,83 g	7,49 g	0,00 g	33,49 g	7,49 g	0,00 g	34,88 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) halat, (8) rákot, (9) kéndioxidot, szulfítot, (10) csillagfürtöt, (11) puhatestűeket tartalmaz!

