

Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliástej(2), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek	Gyümölcsstea, Gyümölcsös krémtúró(2), Kifli(1,2,4)	Tejeskávé(2), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka										
		Energia: 351,81 Kcal / 1 470,57 KJ	Energia: 235,08 Kcal / 982,63 KJ	Energia: 332,53 Kcal / 1 389,98 KJ	Energia: 236,69 Kcal / 989,36 KJ	Energia: 370,47 Kcal / 1 548,56 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,44 g	13,74 g	5,15 g	6,13 g	8,19 g	2,25 g	10,05 g	16,90 g	5,34 g	9,27 g	0,97 g	0,20 g	17,29 g	14,44 g	5,21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		44,19 g	6,49 g	0,00 g	33,89 g	7,49 g	0,06 g	34,61 g	7,49 g	0,00 g	46,67 g	16,60 g	0,60 g	42,56 g	5,00 g	0,06 g
	<b>Tízórai</b>	Alma	Kivi	Banán	Narancs	Alma										
		Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 60,90 Kcal / 254,56 KJ	Energia: 104,97 Kcal / 438,77 KJ	Energia: 62,12 Kcal / 259,66 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,40 g	0,40 g	0,00 g	1,00 g	0,60 g	0,00 g	1,30 g	0,10 g	0,00 g	0,90 g	0,30 g	0,00 g	0,40 g	0,40 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		7,00 g	0,00 g	0,00 g	11,30 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	7,00 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Párolt sertéscomb , Paradicsomos káposzta(1)	Pulykaraguleves(1,3), Almás linzer(1,2,3)	Sült hal, Párolt rizs , Sajtmártás	Majorannás sertéstopány(1,2), Tésztaköret(1)	Párolt sertéslapocka, Burgonyafőzelék(1,2)										
		Energia: 252,64 Kcal / 1 056,04 KJ	Energia: 340,18 Kcal / 1 421,95 KJ	Energia: 347,59 Kcal / 1 452,93 KJ	Energia: 312,39 Kcal / 1 305,79 KJ	Energia: 340,37 Kcal / 1 422,75 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14,22 g	8,24 g	1,91 g	11,41 g	12,92 g	3,06 g	16,50 g	9,04 g	2,26 g	18,76 g	10,43 g	2,75 g	13,55 g	15,81 g	4,99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29,69 g	14,99 g	0,00 g	43,71 g	14,49 g	0,00 g	49,49 g	0,00 g	0,02 g	35,48 g	0,00 g	0,00 g	35,01 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sárgarépas vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tökmagos vajkrém(2), Félbarna kenyér(1), Paradicsom			Gyümölcsstea, Sajtos csiga(1,2,3)		
	Energia: 170,91 Kcal / 714,40 Kj			Energia: 245,95 Kcal / 1 028,07 Kj			Energia: 167,58 Kcal / 700,48 Kj			Energia: 304,49 Kcal / 1 272,77 Kj			Energia: 164,86 Kcal / 689,11 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,75 g	1,78 g	0,00 g	6,00 g	8,68 g	3,88 g	5,87 g	1,34 g	0,16 g	8,66 g	13,91 g	4,29 g	6,66 g	2,63 g	1,50 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
32,71 g	7,49 g	0,00 g	35,57 g	7,49 g	0,00 g	32,78 g	7,49 g	0,00 g	35,75 g	7,49 g	0,00 g	27,67 g	7,49 g	0,30 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) csillagfűtöt, (11) puhatestűeket tartalmaz!

