



Heti étlap 2025.05.05. - 2025.05.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00480) Bölcsi (2-3 éves)						
	Reggeli					
		Kakaó(2), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Tej(2), Gabonapehely(1)	Karamell(2), Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Pritamin paprika
		Energia: 387,04 Kcal / 1 617,83 KJ	Energia: 238,61 Kcal / 997,39 KJ	Energia: 240,67 Kcal / 1 006,00 KJ	Energia: 76,25 Kcal / 318,73 KJ	Energia: 392,00 Kcal / 1 638,56 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		19,14 g15,65 g5,85 g	6,43 g8,22 g2,25 g	6,23 g8,23 g2,11 g	3,18 g0,86 g0,30 g	17,33 g14,43 g5,21 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		41,96 g4,00 g1,05 g	34,40 g7,49 g0,06 g	35,06 g7,49 g0,00 g	13,86 g0,00 g0,00 g	47,74 g9,99 g0,06 g
	Tízórai					
		Alma	Banán	Alma	Savanyú káposzta*	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 19,89 Kcal / 83,14 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0,60 g0,60 g0,00 g	1,95 g0,15 g0,00 g	0,60 g0,60 g0,00 g	1,10 g0,20 g0,00 g	0,60 g0,60 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10,50 g0,00 g0,00 g	36,30 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g	3,40 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Gulyásleves(1,3), Sajtos pogácsa(1,2,3)	Főtt tojás(3), Parajfőzelék(1,2), Félbarna kenyér(1)	Sült hal, Burgonyapüré(2)	Párolt sertéscomb , Vadasmártás(1,6), Tésztaköret(1)	Párolt pulykamell, Karálbézfőzelék(1)
		Energia: 284,18 Kcal / 1 187,87 KJ	Energia: 273,37 Kcal / 1 142,69 KJ	Energia: 278,35 Kcal / 1 163,50 KJ	Energia: 403,12 Kcal / 1 685,04 KJ	Energia: 200,93 Kcal / 839,89 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		13,68 g9,95 g2,40 g	14,13 g6,71 g1,59 g	14,92 g8,50 g1,94 g	20,61 g10,76 g2,78 g	13,77 g9,70 g2,12 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		34,67 g2,40 g0,02 g	38,79 g0,00 g0,00 g	34,48 g0,00 g0,00 g	55,41 g9,99 g0,00 g	14,30 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.05.05. - 2025.05.09.

Uzsonna															
	Gyümölcstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Sonkakrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcstea, Sárgarépas vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Lenmagos vajkrém(2), Félbarna kenyér(1), Retek			Gyümölcstea, Sajtos rúd(1,2,3)		
	Energia: 170,91 Kcal / 714,40 KJ			Energia: 194,90 Kcal / 814,68 KJ			Energia: 245,34 Kcal / 1 025,52 KJ			Energia: 311,93 Kcal / 1 303,87 KJ			Energia: 162,71 Kcal / 680,13 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	8,95 g	2,50 g	0,75 g	6,15 g	9,08 g	3,88 g	8,54 g	14,97 g	5,01 g	6,33 g	2,73 g	1,49 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	33,89 g	7,49 g	0,00 g	34,37 g	7,49 g	0,00 g	35,35 g	7,49 g	0,00 g	28,12 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) csillagfürtöt, (11) puhatestűeket tartalmaz!

