



(00479) Bölcsi
(1-2 éves)



Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
	Reggeli					
		Kakaó(2), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Főtt virsli, Kifli(1,2,4)	Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka
		Energia: 346,44 Kcal / 1 448,12 KJ	Energia: 241,04 Kcal / 1 007,55 KJ	Energia: 334,71 Kcal / 1 399,09 KJ	Energia: 247,83 Kcal / 1 035,93 KJ	Energia: 263,78 Kcal / 1 102,60 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12,71 g14,06 g5,33 g	6,61 g8,40 g2,37 g	9,99 g16,93 g5,34 g	9,80 g8,44 g3,06 g	11,13 g8,90 g2,17 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		41,84 g4,00 g0,00 g	34,41 g7,49 g0,08 g	35,15 g7,49 g0,00 g	32,83 g7,49 g0,60 g	34,43 g7,49 g0,06 g
	Tízórai					
		Alma	Banán	Alma	Sárgarépa	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 20,11 Kcal / 84,06 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	0,60 g0,10 g0,01 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	4,05 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Párolt sertéslapocka, Karlábéféőzelék(1)	Főtt tojás(3), Parajféőzelék(1,2)	Reszelt csirkemáj, Főtt burgonya	Párolt sertéslapocka, Zöldbabféőzelék(1,2)	Párolt pulykafelsőcomb, Karlólfőzelék(1)
		Energia: 268,34 Kcal / 1 121,66 KJ	Energia: 144,05 Kcal / 602,13 KJ	Energia: 331,47 Kcal / 1 385,54 KJ	Energia: 271,35 Kcal / 1 134,24 KJ	Energia: 156,26 Kcal / 653,17 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12,27 g17,83 g4,92 g	9,23 g6,21 g1,59 g	18,78 g10,40 g1,91 g	12,10 g19,75 g5,11 g	13,34 g7,99 g1,93 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		14,28 g0,00 g0,00 g	12,64 g0,00 g0,00 g	39,58 g0,00 g0,00 g	10,83 g0,00 g0,00 g	7,66 g0,00 g0,00 g



Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

Uzsonna															
	Gyümölcstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Sajtos pogácsa(1,2)			Gyümölcstea, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Tökmagos vajkrém(2), Félbarna kenyér(1), Retek			Karamell(2), Burgonyás pogácsa(1,2,3)		
	Energia: 170,91 Kcal / 714,40 KJ			Energia: 177,94 Kcal / 743,79 KJ			Energia: 167,58 Kcal / 700,48 KJ			Energia: 302,28 Kcal / 1 263,53 KJ			Energia: 370,78 Kcal / 1 549,86 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	5,81 g	1,85 g	0,58 g	5,86 g	1,33 g	0,16 g	8,72 g	13,88 g	4,28 g	11,00 g	15,10 g	3,04 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	34,27 g	7,49 g	0,00 g	32,78 g	7,49 g	0,00 g	35,21 g	7,49 g	0,00 g	45,79 g	9,99 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!

