

Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	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: 238,59 Kcal / 997,31 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										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,71 g	14,06 g	5,33 g	6,42 g	8,21 g	2,25 g	9,99 g	16,93 g	5,34 g	9,80 g	8,44 g	3,06 g	11,13 g	8,90 g	2,17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		41,84 g	4,00 g	0,00 g	34,40 g	7,49 g	0,06 g	35,15 g	7,49 g	0,00 g	32,83 g	7,49 g	0,60 g	34,43 g	7,49 g	0,06 g
	<b>Tízórai</b>	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										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,60 g	0,60 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	0,60 g	0,60 g	0,00 g	0,60 g	0,10 g	0,01 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
		10,50 g	0,00 g	0,00 g	36,30 g	0,00 g	0,00 g	10,50 g	0,00 g	0,00 g	4,05 g	0,00 g	0,00 g	10,50 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Húsgombóclevés(1,3), Kakaós csiga(1,2,3)	Paprikás csirke(1,2), Tésztaköret(1)	Reszelt csirkemáj, Főtt burgonya	Rakott zöldbab(2)	Párolt pulykafelsőcomb, Karfiolfőzelék(1)										
		Energia: 319,67 Kcal / 1 336,22 KJ	Energia: 324,71 Kcal / 1 357,29 KJ	Energia: 331,47 Kcal / 1 385,54 KJ	Energia: 216,84 Kcal / 906,39 KJ	Energia: 156,26 Kcal / 653,17 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,14 g	14,23 g	4,28 g	20,40 g	11,88 g	2,27 g	18,78 g	10,40 g	1,91 g	9,11 g	11,32 g	3,07 g	13,34 g	7,99 g	1,93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,50 g	6,79 g	0,00 g	33,65 g	0,00 g	0,00 g	39,58 g	0,00 g	0,00 g	19,23 g	0,00 g	0,00 g	7,66 g	0,00 g	0,00 g

## Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Retekkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, 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!

