



Heti étlap 2025.06.16. - 2025.06.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Reggeli					
		Kakaó(rizstej), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek	Gyümölcstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcstea, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcstea, Méz, Vaj(2), Félbarna kenyér(1)	Gyümölcstea, Párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Pritamin paprika
		Energia: 342,48 Kcal / 1 431,57 KJ	Energia: 243,42 Kcal / 1 017,50 KJ	Energia: 334,73 Kcal / 1 399,17 KJ	Energia: 204,17 Kcal / 853,43 KJ	Energia: 239,39 Kcal / 1 000,65 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18,94 g12,99 g4,82 g	6,67 g8,46 g2,37 g	9,99 g16,93 g5,35 g	5,60 g1,43 g0,39 g	6,45 g8,67 g2,11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		36,72 g4,00 g1,05 g	34,80 g7,49 g0,08 g	35,15 g7,49 g0,00 g	41,93 g15,59 g0,00 g	33,57 g7,49 g0,00 g
	Tízórai					
		Alma	Banán	Alma	Körte befőtt	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 96,71 Kcal / 404,25 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	0,30 g0,00 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	23,70 g14,10 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Párolt sertéslapocka, Karalábefőzelék(1)	Főtt tojás(3), Parajfőzelék(1,2)	Sült csirkemell, Paszternákfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Zöldborsófőzelék(1)	Párolt pulykafelsőcomb, Zellerfőzelék(1,5)
		Energia: 268,34 Kcal / 1 121,66 KJ	Energia: 144,05 Kcal / 602,13 KJ	Energia: 201,49 Kcal / 842,23 KJ	Energia: 216,81 Kcal / 906,27 KJ	Energia: 208,89 Kcal / 873,16 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	15,05 g3,94 g0,44 g	18,47 g7,30 g1,79 g	13,00 g11,65 g2,31 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		14,28 g0,00 g0,00 g	12,64 g0,00 g0,00 g	26,28 g0,00 g0,00 g	18,81 g0,00 g0,00 g	12,25 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.06.16. - 2025.06.20.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Padlizsánkrém, Kifli(1,2,4)			Gyümölcsstea, Magyaros vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tökmagos marg.krém, Félbarna kenyér(1)			Karamell(2), Sajtos croissant(1,2,3)		
	Energia: 167,58 Kcal / 700,48 Kj			Energia: 188,68 Kcal / 788,68 Kj			Energia: 178,04 Kcal / 744,21 Kj			Energia: 352,30 Kcal / 1 472,61 Kj			Energia: 310,73 Kcal / 1 298,85 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,87 g	1,34 g	0,16 g	4,90 g	3,95 g	0,95 g	5,72 g	2,63 g	0,77 g	8,36 g	19,85 g	4,21 g	16,00 g	26,50 g	3,04 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	32,78 g	7,49 g	0,00 g	33,10 g	7,49 g	0,60 g	32,63 g	7,49 g	0,00 g	34,58 g	7,49 g	0,00 g	67,59 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!

