



Heti étlap 2025.06.23. - 2025.06.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00480) Bölcsi (2-3 éves)	Reggeli					
		Vaníliástej(2), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldhagyma	Gyümölcstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcstea, Soproni felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Tej(2), Kuglóf(1,2,3)	Gyümölcstea, Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek
		Energia: 348,62 Kcal / 1 457,23 KJ	Energia: 171,72 Kcal / 717,79 KJ	Energia: 334,73 Kcal / 1 399,17 KJ	Energia: 244,33 Kcal / 1 021,30 KJ	Energia: 270,30 Kcal / 1 129,85 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12,23 g13,67 g5,15 g	6,02 g0,97 g0,16 g	9,99 g16,93 g5,35 g	7,29 g6,28 g3,05 g	12,75 g8,48 g2,06 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		43,90 g6,49 g0,00 g	34,49 g7,49 g0,00 g	35,15 g7,49 g0,75 g	39,36 g6,59 g0,00 g	35,42 g7,49 g0,06 g
	Tízórai					
		Alma	Banán	Limonádé	Körte befőtt	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 41,05 Kcal / 171,59 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	0,01 g0,00 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	10,14 g9,99 g0,00 g	23,70 g14,10 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Bolognai spagetti(1,3)	Vagdalt(1,3), Zöldbabfőzelék(1,2)	Rakott karfiol(2)	Tarhonyáshús(1)	Sült csirkemell, Tökfőzelék(1,2)
		Energia: 296,39 Kcal / 1 238,91 KJ	Energia: 292,49 Kcal / 1 222,61 KJ	Energia: 268,11 Kcal / 1 120,70 KJ	Energia: 300,78 Kcal / 1 257,26 KJ	Energia: 181,34 Kcal / 758,00 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,25 g14,11 g4,08 g	12,29 g18,11 g4,39 g	12,24 g14,44 g4,55 g	16,27 g10,81 g2,10 g	15,22 g6,73 g1,19 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		28,84 g0,00 g0,00 g	19,56 g0,00 g0,00 g	21,94 g0,00 g0,00 g	34,23 g0,00 g0,00 g	14,66 g0,00 g0,00 g



2025.06.19. 13:00:31 | QB - Élelem



Heti étlap 2025.06.23. - 2025.06.27.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sárgarépas vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Retekkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tonhalkrém(2), Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Tejeskávét(2), Fahéjas csiga(1,2,3)		
	Energia: 170,91 Kcal / 714,40 KJ			Energia: 245,95 Kcal / 1 028,07 KJ			Energia: 177,34 Kcal / 741,28 KJ			Energia: 221,15 Kcal / 924,41 KJ			Energia: 397,53 Kcal / 1 661,68 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	5,75 g	1,78 g	0,00 g	6,00 g	8,68 g	3,88 g	5,96 g	2,25 g	0,58 g	8,91 g	5,01 g	1,48 g	10,62 g	17,97 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	35,57 g	7,49 g	0,00 g	33,07 g	7,49 g	0,00 g	34,79 g	7,49 g	0,00 g	46,70 g	5,00 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!

