



(00480) Bölcsi
(2-3 éves)



Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00480) Bölcsi (2-3 éves)	Reggeli					
		Kakaó(2), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek	Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Tej(2), Gabonapehely(1)	Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika
		Energia: 359,68 Kcal / 1 503,46 KJ	Energia: 238,61 Kcal / 997,39 KJ	Energia: 275,38 Kcal / 1 151,09 KJ	Energia: 76,27 Kcal / 318,81 KJ	Energia: 266,15 Kcal / 1 112,51 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18,16 g15,49 g5,86 g	6,43 g8,22 g2,25 g	7,64 g13,75 g4,20 g	3,18 g0,86 g0,30 g	11,19 g8,96 g2,17 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		36,49 g4,00 g1,05 g	34,40 g7,49 g0,06 g	29,89 g7,49 g0,00 g	13,86 g0,00 g0,00 g	34,82 g7,49 g0,06 g
	Tízórai					
		Alma	Barack	Banán	Limonádé, Meggybefőtt(cukor nélkül)	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 82,69 Kcal / 345,64 KJ	Energia: 104,97 Kcal / 438,77 KJ	Energia: 221,75 Kcal / 926,92 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	1,40 g0,20 g0,00 g	1,30 g0,10 g0,00 g	1,21 g0,36 g0,00 g	0,60 g0,60 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10,50 g0,00 g0,00 g	18,00 g0,00 g0,00 g	24,20 g0,00 g0,00 g	51,74 g33,99 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Stefánia vagdalt(1,3), Salátafőzelék(1)	Pulykaraguleves(1,3), Boci süti(1,2,3)	Töltött tök, Kapormártás	Paprikás csirke(1,2), Tésztaköret(1)	Párolt pulykafelsőcomb, Burgonyafőzelék(1,2)
		Energia: 417,65 Kcal / 1 745,78 KJ	Energia: 502,65 Kcal / 2 101,08 KJ	Energia: 465,27 Kcal / 1 944,83 KJ	Energia: 324,71 Kcal / 1 357,29 KJ	Energia: 272,56 Kcal / 1 139,30 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		27,54 g18,16 g4,08 g	17,69 g24,16 g3,98 g	22,56 g16,55 g4,00 g	20,40 g11,88 g2,27 g	15,05 g7,68 g2,19 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		35,07 g0,00 g0,00 g	52,97 g16,38 g0,00 g	55,76 g1,80 g0,00 g	33,65 g0,00 g0,00 g	35,03 g0,00 g0,00 g

2025.06.26. 12:52:40 | QB - Élelem



Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

Uzsonna	Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Zsemle(1)			Gyümölcsstea, Magyaros vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Házi májkrém(2), Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Karamell(2), Sajtos rúd(1,2,3)		
	Energia: 141,84 Kcal / 592,89 Kj			Energia: 158,61 Kcal / 662,99 Kj			Energia: 152,30 Kcal / 636,61 Kj			Energia: 195,54 Kcal / 817,36 Kj			Energia: 288,58 Kcal / 1 206,26 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	4,86 g	1,16 g	0,16 g	4,43 g	2,01 g	0,77 g	4,71 g	2,45 g	0,77 g	7,55 g	2,62 g	0,89 g	12,47 g	8,20 g	4,53 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	27,79 g	7,49 g	0,00 g	30,48 g	7,49 g	0,60 g	27,64 g	7,49 g	0,00 g	35,15 g	7,49 g	0,00 g	41,04 g	9,99 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!

