



Heti étlap 2025.06.23. - 2025.06.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes	Reggeli					
		Vaníliástej(rizstej), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldhagyma	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Soproni felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Rizstej, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek
		Energia: 305,56 Kcal / 1 277,24 KJ	Energia: 211,08 Kcal / 882,31 KJ	Energia: 334,73 Kcal / 1 399,17 KJ	Energia: 278,44 Kcal / 1 163,88 KJ	Energia: 270,30 Kcal / 1 129,85 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12,03 g11,07 g4,11 g	4,90 g8,02 g1,90 g	9,99 g16,93 g5,35 g	5,80 g7,80 g2,10 g	12,75 g8,48 g2,06 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		38,90 g6,49 g0,00 g	29,54 g7,49 g0,00 g	35,15 g7,49 g0,75 g	45,73 g15,75 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)	Rakott karfiol	Tarhonyáshús(1)	Sült csirkemell, Tökfőzelék(1)
		Energia: 296,39 Kcal / 1 238,91 KJ	Energia: 357,74 Kcal / 1 495,35 KJ	Energia: 252,75 Kcal / 1 056,50 KJ	Energia: 300,78 Kcal / 1 257,26 KJ	Energia: 161,42 Kcal / 674,74 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,25 g14,11 g4,08 g	14,57 g21,15 g4,71 g	11,91 g13,12 g3,81 g	16,27 g10,81 g2,10 g	14,72 g5,79 g0,74 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		28,84 g0,00 g0,00 g	26,55 g0,00 g0,00 g	21,43 g0,00 g0,00 g	34,23 g0,00 g0,00 g	12,31 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.06.23. - 2025.06.27.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sárgarépas margarinkrém, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Retekkrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tonhalkrém, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Tejeskávé(rizstej), Fahéjas csiga(1,3)		
	Energia: 261,92 Kcal / 1 094,83 KJ			Energia: 206,38 Kcal / 862,67 KJ			Energia: 261,80 Kcal / 1 094,32 KJ			Energia: 270,22 Kcal / 1 129,52 KJ			Energia: 329,13 Kcal / 1 375,76 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,96 g	11,55 g	2,86 g	4,80 g	7,55 g	1,90 g	5,98 g	11,55 g	2,85 g	8,92 g	10,41 g	2,60 g	12,21 g	11,21 g	4,23 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	33,17 g	7,49 g	0,00 g	29,48 g	7,49 g	0,00 g	33,12 g	7,49 g	0,00 g	34,82 g	7,49 g	0,00 g	44,39 g	15,49 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!

