



Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes	Reggeli					
		Kakaó(rizstej), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Rizstej, Gabonapehely(1)	Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika
		Energia: 316,61 Kcal / 1 323,43 KJ	Energia: 239,80 Kcal / 1 002,36 KJ	Energia: 275,38 Kcal / 1 151,09 KJ	Energia: 71,96 Kcal / 300,79 KJ	Energia: 266,15 Kcal / 1 112,51 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		17,96 g12,89 g4,82 g	5,88 g8,35 g1,90 g	7,64 g13,75 g4,20 g	3,16 g0,60 g0,20 g	11,19 g8,96 g2,17 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		31,49 g4,00 g1,05 g	34,97 g7,49 g0,00 g	29,89 g7,49 g0,00 g	13,36 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: 41,34 Kcal / 172,80 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	0,70 g0,10 g0,00 g	1,30 g0,10 g0,00 g	1,21 g0,36 g0,00 g	0,60 g0,60 g0,00 g
	Ebéd	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10,50 g0,00 g0,00 g	9,00 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
		Stefánia vagdalt(1,3), Salátafőzelék(1)	Pulykaraguleves(1,3), Kakaós süti(1,3)	Töltött tök, Kapormártás	Paprikás csirke(1), Tésztaköret(1)	Párolt pulykafelsőcomb, Burgonyafőzelék(1)
		Energia: 417,65 Kcal / 1 745,78 KJ	Energia: 564,01 Kcal / 2 357,56 KJ	Energia: 420,91 Kcal / 1 759,40 KJ	Energia: 314,47 Kcal / 1 314,48 KJ	Energia: 290,18 Kcal / 1 212,95 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		27,54 g18,16 g4,08 g	15,77 g27,81 g4,27 g	21,80 g12,60 g1,95 g	20,17 g11,00 g1,77 g	14,89 g9,78 g2,14 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		35,07 g0,00 g0,00 g	61,94 g20,48 g0,00 g	54,35 g1,80 g0,00 g	33,31 g0,00 g0,00 g	34,85 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

Uzsonna	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Margarin, Zsemle(1)			Gyümölcsstea, Pritaminpaprikás vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Házi májkrém , Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Karamell(rizstej), Pogácsa(1)		
	Energia: 209,92 Kcal / 877,47 KJ			Energia: 207,68 Kcal / 868,10 KJ			Energia: 202,84 Kcal / 847,87 KJ			Energia: 224,60 Kcal / 938,83 KJ			Energia: 285,89 Kcal / 1 195,02 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	4,72 g	8,54 g	1,90 g	4,44 g	7,41 g	1,90 g	4,81 g	7,87 g	1,90 g	8,37 g	5,37 g	1,31 g	19,47 g	6,44 g	2,72 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	28,27 g	7,49 g	0,00 g	30,51 g	7,49 g	0,60 g	27,89 g	7,49 g	0,00 g	35,38 g	7,49 g	0,00 g	41,72 g	12,39 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!

