



Heti étlap 2025.07.07. - 2025.07.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00160) Bölcsi (1-2 éves) tejmentes	Reggeli					
		Vaníliástej(rizstej), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldhagyma csomós	Gyümölcstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcstea, Tavaszi felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Rizstej, Minidzsem, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcstea, Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek
		Energia: 303,65 Kcal / 1 269,26 KJ	Energia: 239,78 Kcal / 1 002,28 KJ	Energia: 238,96 Kcal / 998,85 KJ	Energia: 239,51 Kcal / 1 001,15 KJ	Energia: 270,30 Kcal / 1 129,85 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		11,91 g11,04 g4,10 g	5,88 g8,35 g1,90 g	6,34 g7,97 g2,00 g	5,69 g7,80 g2,10 g	12,75 g8,48 g2,05 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		38,46 g6,49 g0,00 g	34,97 g7,49 g0,00 g	35,14 g7,49 g0,08 g	36,24 g7,87 g0,00 g	35,42 g7,49 g0,06 g
	Tízórai					
		Alma	Banán	Nektarin	Alma	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 82,92 Kcal / 346,61 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 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	1,41 g0,69 g0,07 g	0,60 g0,60 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	17,67 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Párolt sertéscomb , Zellerfőzelék(1,5)	Sült csirkecomb, Kelkáposztafőzelék(1)	Sült hal, Főtt burgonya	Párolt sertéslapocka, Zöldbabfőzelék(1)	Bazsalikomos p.csirkemell, Karlábé főzelék(1)
		Energia: 258,75 Kcal / 1 081,58 KJ	Energia: 204,13 Kcal / 853,26 KJ	Energia: 236,71 Kcal / 989,45 KJ	Energia: 271,35 Kcal / 1 134,24 KJ	Energia: 188,85 Kcal / 789,39 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,69 g13,47 g2,45 g	15,81 g8,63 g1,34 g	14,05 g3,42 g0,26 g	12,10 g19,75 g5,11 g	19,03 g5,67 g0,77 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		18,43 g0,00 g0,00 g	15,45 g0,00 g0,00 g	36,34 g0,00 g0,00 g	10,83 g0,00 g0,00 g	15,83 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.07.07. - 2025.07.11.

Uzsonna															
	Gyümölcstea, Zöldfűszeres marg.krém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Sárgarépas margarinkrém, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcstea, Violife növényi sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Tökmagos marg.krém, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Tejeskávé(rizstej), Burgonyás pogácsa(1)		
	Energia: 261,92 Kcal / 1 094,83 KJ			Energia: 300,32 Kcal / 1 255,34 KJ			Energia: 235,66 Kcal / 985,06 KJ			Energia: 358,16 Kcal / 1 497,11 KJ			Energia: 327,87 Kcal / 1 370,50 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	6,00 g	14,68 g	3,81 g	5,73 g	8,72 g	1,90 g	8,72 g	19,94 g	4,21 g	21,06 g	9,55 g	3,61 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	35,60 g	7,49 g	0,00 g	33,26 g	7,49 g	0,00 g	35,48 g	7,49 g	0,00 g	43,43 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!

