



Heti étlap 2025.07.14. - 2025.07.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00480) Bölcsi (2-3 éves)	Reggeli					
		Kakaó(2), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcstea, Gyümölcs joghurt(2), Kifli(1,2,4)	Gyümölcstea, Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Pritamin paprika
		Energia: 384,69 Kcal / 1 608,00 KJ	Energia: 246,55 Kcal / 1 030,58 KJ	Energia: 307,10 Kcal / 1 283,68 KJ	Energia: 238,12 Kcal / 995,34 KJ	Energia: 266,13 Kcal / 1 112,42 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		19,08 g15,59 g5,85 g	6,79 g8,62 g2,50 g	10,62 g13,69 g4,08 g	7,59 g3,33 g1,56 g	11,19 g8,96 g2,17 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		41,57 g4,00 g1,05 g	35,11 g7,49 g0,10 g	34,94 g7,49 g0,06 g	43,97 g13,98 g0,60 g	34,82 g7,49 g0,06 g
	Tízórai					
		Alma	Banán	Alma	Nektarin	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 55,28 Kcal / 231,07 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	0,60 g0,60 g0,00 g	0,94 g0,46 g0,05 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	10,50 g0,00 g0,00 g	11,78 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Párolt sertéslapocka, Tökfőzelék(1,2)	Párolt csirkecomb, Paszternákfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Zöldbabfőzelék(1,2)	Párolt pulykafelsőcomb, Kelbimbófőzelék(1)	Bazsalikomos p.csirkemell, Kertészfőzelék(1,2)
		Energia: 270,41 Kcal / 1 130,31 KJ	Energia: 216,71 Kcal / 905,85 KJ	Energia: 220,07 Kcal / 919,89 KJ	Energia: 237,07 Kcal / 990,95 KJ	Energia: 214,33 Kcal / 895,90 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		11,62 g18,19 g5,33 g	11,07 g7,38 g1,05 g	14,59 g11,92 g2,29 g	18,68 g11,30 g2,27 g	21,21 g3,92 g0,95 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		14,59 g0,00 g0,00 g	26,25 g0,00 g0,00 g	13,14 g0,00 g0,00 g	14,98 g0,00 g0,00 g	23,91 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.07.14. - 2025.07.18.

Uzsonna	Gyümölcsstea, Magyaros vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Karamell(2), Kakaós csiga(1,2,3)		
	Energia: 178,04 Kcal / 744,21 KJ			Energia: 171,52 Kcal / 716,95 KJ			Energia: 178,04 Kcal / 744,21 KJ			Energia: 238,47 Kcal / 996,80 KJ			Energia: 417,91 Kcal / 1 746,86 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,71 g	2,63 g	0,77 g	5,60 g	1,38 g	0,00 g	5,71 g	2,63 g	0,77 g	6,29 g	8,20 g	2,10 g	10,60 g	17,90 g	3,04 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	32,63 g	7,49 g	0,00 g	33,91 g	7,49 g	0,00 g	32,63 g	7,49 g	0,00 g	34,52 g	7,49 g	0,00 g	51,49 g	9,99 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!

