



Heti étlap 2025.07.14. - 2025.07.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes	Reggeli					
		Kakaó(rizstej), Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Alpro puding, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Pritamin paprika
		Energia: 341,62 Kcal / 1 427,97 KJ	Energia: 242,83 Kcal / 1 015,03 KJ	Energia: 307,10 Kcal / 1 283,68 KJ	Energia: 281,67 Kcal / 1 177,38 KJ	Energia: 266,13 Kcal / 1 112,42 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18,88 g12,99 g4,81 g	5,88 g8,38 g1,91 g	10,62 g13,69 g4,08 g	9,31 g3,51 g1,00 g	11,19 g8,96 g2,17 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		36,57 g4,00 g1,05 g	35,66 g7,49 g0,00 g	34,94 g7,49 g0,06 g	52,16 g22,24 g0,00 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, Tököfőzelék(1)	Párolt csirkecomb, Paszternákfőzelék(1)	Párolt sertéscomb , Zöldbabfőzelék(1)	Párolt pulykafelsőcomb, Kelbimbófőzelék(1)	Bazsalikomos p.csirkemell, Kertészfőzelék(1)
		Energia: 250,49 Kcal / 1 047,05 KJ	Energia: 216,71 Kcal / 905,85 KJ	Energia: 264,88 Kcal / 1 107,20 KJ	Energia: 237,07 Kcal / 990,95 KJ	Energia: 204,09 Kcal / 853,10 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		11,12 g17,25 g4,88 g	11,07 g7,38 g1,05 g	16,20 g13,96 g2,51 g	18,68 g11,30 g2,27 g	20,99 g3,04 g0,45 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		12,24 g0,00 g0,00 g	26,25 g0,00 g0,00 g	18,00 g0,00 g0,00 g	14,98 g0,00 g0,00 g	23,57 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.07.14. - 2025.07.18.

Uzsonna															
	Gyümölcstea, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Zöldfűszeres marg.krém, Félbarna kenyér(1)			Gyümölcstea, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcstea, Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Retek			Karamell(rizstej), Kakaós csiga(1,3)		
	Energia: 227,11 Kcal / 949,32 Kj			Energia: 262,52 Kcal / 1 097,33 Kj			Energia: 227,11 Kcal / 949,32 Kj			Energia: 238,47 Kcal / 996,80 Kj			Energia: 248,43 Kcal / 1 038,44 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,73 g	8,03 g	1,90 g	5,81 g	11,15 g	2,86 g	5,73 g	8,03 g	1,90 g	6,29 g	8,20 g	2,10 g	11,14 g	4,10 g	2,30 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	32,66 g	7,49 g	0,00 g	34,37 g	7,49 g	0,00 g	32,66 g	7,49 g	0,00 g	34,52 g	7,49 g	0,00 g	41,30 g	16,78 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!

