

Heti étlap 2025.07.07. - 2025.07.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00480) Bölcsi (2-3 éves)</b>	<b>Reggeli</b>	Vaníliástej(2), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldhagyma csomós		Gyümölcsstea, Sajt(2), Margarin, Félbarna kenyér(1), Uborka		Gyümölcsstea, Tavasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom		Tej(2), Fonottkalács(1,2,3)		Gyümölcsstea, Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek						
		Energia: 346,71 Kcal / 1 449,25 KJ		Energia: 238,59 Kcal / 997,31 KJ		Energia: 238,96 Kcal / 998,85 KJ		Energia: 213,62 Kcal / 892,93 KJ		Energia: 270,30 Kcal / 1 129,85 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		12,11 g	13,64 g	5,14 g	6,42 g	8,21 g	2,25 g	6,34 g	7,97 g	2,00 g	6,57 g	5,81 g	2,46 g	12,75 g	8,48 g	2,05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		43,46 g	6,49 g	0,00 g	34,40 g	7,49 g	0,06 g	35,14 g	7,49 g	0,08 g	33,48 g	3,49 g	0,00 g	35,42 g	7,49 g	0,06 g
	<b>Tízórai</b>	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						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,60 g	0,60 g	0,00 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g	1,41 g	0,69 g	0,07 g	0,60 g	0,60 g	0,00 g	0,60 g	0,60 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		10,50 g	0,00 g	0,00 g	36,30 g	0,00 g	0,00 g	17,67 g	0,00 g	0,00 g	10,50 g	0,00 g	0,00 g	10,50 g	0,00 g	0,00 g
	<b>Ebéd</b>	Gulyásleves(1,3), Sajtos pogácsa(1,2,3)		Sült csirkecomb, Kelkáposztafőzelék(1,2)		Sült hal, Főtt burgonya		Bácskai rizseshús		Bazsalikomos p.csirkemell, Karalábefőzelék(1)						
		Energia: 284,18 Kcal / 1 187,87 KJ		Energia: 204,13 Kcal / 853,26 KJ		Energia: 270,46 Kcal / 1 130,52 KJ		Energia: 293,07 Kcal / 1 225,03 KJ		Energia: 188,85 Kcal / 789,39 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13,68 g	9,95 g	2,40 g	15,81 g	8,63 g	1,34 g	14,95 g	3,49 g	0,27 g	13,05 g	8,14 g	1,72 g	19,03 g	5,67 g	0,77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		34,67 g	2,40 g	0,02 g	15,45 g	0,00 g	0,00 g	43,54 g	0,00 g	0,00 g	41,53 g	0,00 g	0,00 g	15,83 g	0,00 g	0,00 g



## Heti étlap 2025.07.07. - 2025.07.11.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sárgarépas vajkrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tökmagos vajkrém(2), Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika			Tejeskávé(2), Burgonyás pogácsa(1,2,3)		
	Energia: 170,91 Kcal / 714,40 KJ			Energia: 245,94 Kcal / 1 028,03 KJ			Energia: 171,59 Kcal / 717,25 KJ			Energia: 303,78 Kcal / 1 269,80 KJ			Energia: 351,58 Kcal / 1 469,60 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	5,75 g	1,78 g	0,00 g	6,00 g	8,68 g	3,88 g	6,02 g	1,64 g	0,32 g	8,72 g	13,94 g	4,28 g	11,02 g	15,17 g	3,04 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
32,71 g	7,49 g	0,00 g	35,57 g	7,49 g	0,00 g	32,94 g	7,49 g	0,00 g	35,45 g	7,49 g	0,00 g	41,00 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!

