



Heti étlap 2025.09.08. - 2025.09.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00479) Bölcsi (1-2 éves)	Reggeli					
		Vaníliás(2), Párizsi, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcsstea, Sajtkrém(2), Félbarna kenyér(1), Uborka	Gyümölcsstea, Soproni felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Zabkása(1,2)	Gyümölcsstea, Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka
		Energia: 351,81 Kcal / 1 470,57 KJ	Energia: 175,74 Kcal / 734,59 KJ	Energia: 334,73 Kcal / 1 399,17 KJ	Energia: 234,87 Kcal / 981,76 KJ	Energia: 263,80 Kcal / 1 102,68 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12,44 g13,74 g5,15 g	6,17 g1,27 g0,33 g	9,99 g16,93 g5,35 g	10,37 g5,99 g2,28 g	11,13 g8,90 g2,17 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		44,19 g6,49 g0,00 g	34,66 g7,49 g0,00 g	35,15 g7,49 g0,75 g	34,54 g8,99 g0,00 g	34,43 g7,49 g0,06 g
	Tízórai					
		Alma	Barack	Alma	Szőlő	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 62,02 Kcal / 259,24 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 120,95 Kcal / 505,57 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	1,05 g0,15 g0,00 g	0,60 g0,60 g0,00 g	0,90 g0,45 g0,00 g	0,60 g0,60 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10,50 g0,00 g0,00 g	13,50 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g	27,15 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd					
		Párolt sertéscomb , Kelkáposztafőzelék(1,2)	Párolt sertéscomb , Zöldborsófőzelék(1)	Párolt sertéslapocka, Paradicsomos burgonyafőzelék(1)	Sült csirkecomb filé, Paszternákfőzelék(1)	Párolt pulykamell, Karlábé főzelék(1)
		Energia: 216,86 Kcal / 906,47 KJ	Energia: 346,13 Kcal / 1 446,82 KJ	Energia: 378,62 Kcal / 1 582,63 KJ	Energia: 213,98 Kcal / 894,44 KJ	Energia: 200,93 Kcal / 839,89 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15,83 g10,07 g2,13 g	23,37 g7,80 g1,79 g	13,05 g19,77 g5,14 g	15,25 g5,17 g0,95 g	13,77 g9,70 g2,12 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		15,33 g0,00 g0,00 g	44,96 g0,00 g0,00 g	36,20 g5,00 g0,00 g	26,36 g0,00 g0,00 g	14,30 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.09.08. - 2025.09.12.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Sárgarépas vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Sonkakrém(2), Félbarna kenyér(1)			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Tonhalkrém(2), Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika			Tejeskávé(2), Sonkás croissant(1,2,3)		
	Energia: 245,34 Kcal / 1 025,52 Kj			Energia: 194,91 Kcal / 814,72 Kj			Energia: 170,91 Kcal / 714,40 Kj			Energia: 221,15 Kcal / 924,41 Kj			Energia: 240,57 Kcal / 1 005,58 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	6,15 g	9,08 g	3,88 g	8,95 g	2,50 g	0,75 g	5,75 g	1,78 g	0,00 g	8,91 g	5,01 g	1,48 g	16,02 g	26,57 g	3,04 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	34,37 g	7,49 g	0,00 g	33,89 g	7,49 g	0,00 g	32,71 g	7,49 g	0,00 g	34,79 g	7,49 g	0,00 g	62,80 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!

