



Heti étlap 2025.09.15. - 2025.09.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00159) Bölcsi (2-3 éves) tejmentes	Reggeli	Kakaó(rizstej), Csirkemell felvágott, Margarin, Félbarna kenyér(1), Zöldpaprika	Gyümölcstea, Violife növényi sajt, Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcstea, Gépsonka, Margarin, Félbarna kenyér(1), Pritamin paprika	Rizstej, Miniméz, Margarin, Félbarna kenyér(1)	Gyümölcstea, Olasz felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika
		Energia: 335,80 Kcal / 1 403,64 KJ	Energia: 242,83 Kcal / 1 015,03 KJ	Energia: 280,57 Kcal / 1 172,78 KJ	Energia: 266,03 Kcal / 1 112,01 KJ	Energia: 274,19 Kcal / 1 146,11 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18,82 g11,34 g4,24 g	5,88 g8,38 g1,91 g	12,72 g9,85 g2,62 g	5,66 g7,80 g2,10 g	7,82 g14,10 g4,19 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		38,94 g4,00 g0,06 g	35,66 g7,49 g0,00 g	34,88 g7,49 g1,05 g	42,95 g16,20 g0,00 g	28,63 g7,49 g0,00 g
	Tízórai	Alma	Nektarin	Banán	Szőlő	Alma
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 55,28 Kcal / 231,07 KJ	Energia: 157,45 Kcal / 658,14 KJ	Energia: 120,94 Kcal / 505,53 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	0,94 g0,46 g0,05 g	1,95 g0,15 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	11,78 g0,00 g0,00 g	36,30 g0,00 g0,00 g	27,15 g0,00 g0,00 g	10,50 g0,00 g0,00 g
	Ebéd	Köleses vagdalt(3), Paradicsomos zöldbabfőzelék(1)	Gulyásleves(1,3), Meggyes sütemény(1,3)	Sült csirkemell, Zellerfőzelék(1,5)	Rakott sárgarépa	Párolt sertéscomb , Zöldborsófőzelék(1)
		Energia: 242,87 Kcal / 1 015,20 KJ	Energia: 370,24 Kcal / 1 547,60 KJ	Energia: 187,63 Kcal / 784,29 KJ	Energia: 168,05 Kcal / 702,45 KJ	Energia: 217,14 Kcal / 907,65 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12,26 g10,74 g3,59 g	13,40 g15,68 g3,81 g	15,10 g8,32 g0,97 g	10,42 g3,18 g1,07 g	18,49 g7,30 g1,79 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		23,83 g5,00 g0,00 g	42,99 g10,07 g0,00 g	12,30 g0,00 g0,00 g	23,87 g0,00 g0,00 g	18,88 g0,00 g0,00 g





Heti étlap 2025.09.15. - 2025.09.19.

Uzsonna															
	Gyümölcsstea, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Padlizsánkrém, Zsemle(1)			Gyümölcsstea, Pritaminpaprikás vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Gyümölcsstea, Lenmagos vajkrém, Félbarna kenyér(1), Uborka			Karamell(rizstej), Pizzás csiga(1,3)		
	Energia: 227,11 Kcal / 949,32 KJ			Energia: 177,75 Kcal / 743,00 KJ			Energia: 293,59 Kcal / 1 227,21 KJ			Energia: 255,60 Kcal / 1 068,41 KJ			Energia: 342,86 Kcal / 1 433,15 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	4,52 g	3,92 g	0,95 g	5,93 g	15,08 g	3,80 g	8,44 g	8,87 g	1,32 g	15,32 g	6,62 g	2,84 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	30,82 g	7,49 g	0,60 g	33,15 g	7,49 g	0,00 g	35,16 g	7,49 g	0,00 g	55,76 g	13,83 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!

