



Heti étlap 2025.10.06. - 2025.10.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00481) Ovi	Tízórai					
		Vaníliástej(2), Gépsonka, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle(1), Uborka	Gyümölcsstea, Kockasajt(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Paradicsom	Gyümölcsstea, Soproni felvágott, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle(1), Zöldpaprika	Tej(2), Gabonapehely(1)	Tejeskávé(2), Sajtos csiga(1,2,3)
		Energia: 381,67 Kcal / 1 595,38 KJ	Energia: 173,23 Kcal / 724,10 KJ	Energia: 283,89 Kcal / 1 186,66 KJ	Energia: 76,25 Kcal / 318,73 KJ	Energia: 271,53 Kcal / 1 135,00 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		16,34 g14,40 g5,43 g	4,49 g0,90 g0,06 g	6,24 g14,98 g4,76 g	3,18 g0,86 g0,30 g	12,82 g8,17 g4,54 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		46,22 g6,49 g0,70 g	36,46 g14,99 g0,00 g	30,56 g14,99 g0,62 g	13,86 g0,00 g0,00 g	35,80 g5,00 g0,30 g
	Ebéd					
		Csorbaleves(1,2,3), Gránátos kocka(1), Csemege uborka	Zellerleves(1,3), Búbos hús(1,3), Zöldborsófőzelék(1), Túró Rudi(2)	Rostos gyümölcslé, Rántott hal(1,3), Párolt rizs , Francia saláta(2,6)	Tavaszi leves(1,3), Paprikás csirke(1,2), Nokedli(1,3), Szőlő	Temesvári gulyásleves(1,3), Kakaós kalács(1,2,3), Alma
		Energia: 573,64 Kcal / 2 397,82 KJ	Energia: 611,91 Kcal / 2 557,78 KJ	Energia: 743,18 Kcal / 3 106,49 KJ	Energia: 871,96 Kcal / 3 644,79 KJ	Energia: 630,35 Kcal / 2 634,86 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		26,21 g16,75 g4,67 g	37,08 g25,46 g4,18 g	20,69 g30,65 g4,30 g	42,77 g16,46 g3,05 g	35,71 g22,80 g5,76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		78,20 g0,00 g0,00 g	56,42 g0,00 g1,75 g	94,50 g1,50 g0,00 g	136,46 g0,00 g0,00 g	77,03 g19,18 g0,00 g
	Uzsonna					
		Banán	Gyümölcsjoghurt(2)	Sütőtök	Lenmagos vajkrém(2), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka	Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek
		Energia: 125,96 Kcal / 526,51 KJ	Energia: 103,82 Kcal / 433,97 KJ	Energia: 77,77 Kcal / 325,08 KJ	Energia: 152,46 Kcal / 637,28 KJ	Energia: 203,23 Kcal / 849,50 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		1,56 g0,12 g0,00 g	3,49 g3,62 g1,95 g	1,50 g0,60 g0,00 g	4,64 g7,73 g2,51 g	9,97 g8,10 g2,03 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		29,04 g0,00 g0,00 g	14,03 g8,12 g0,00 g	16,50 g0,00 g0,00 g	15,92 g0,00 g0,00 g	22,41 g0,00 g0,05 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) csillagfűrtöt, (11) puhatestűeket tartalmaz!



2025.10.02. 13:07:04 | QB - Élelem