

Bölcsőde

Étlap

2022. december 5 - 2022. december 9

Étkezés	2022.12.05 Hétfő	2022.12.06 Kedd	2022.12.07 Szerda	2022.12.08 Csütörtök	2022.12.09 Péntek
Reggeli	Kalács ^{1,3,7} , Teavaj Lotti ⁷ , Kakaó neskakaóból ⁷ E: 316,19kcal Tel.zsír.: 6,45g CH: 31,35g Só: 0,24g Zsír: 15,98g Feh.: 10,72g Cuk: g Ca: 204,00mg	Teljeskiörlésű kenyér margarinnal ^{1,3,7} , Tavaszi felvágott ⁶ , TV paprika fél adag, Paradicsom fél adag, Tej ⁷ E: 274,42kcal Tel.zsír.: 3,69g CH: 31,61g Só: 1,46g Zsír: 10,48g Feh.: 11,92g Cuk: 0,60g Ca: 204,00mg	Vágott zsemle ¹ , Uborkás tömlős krém ^{# 7} , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 229,87kcal Tel.zsír.: 4,35g CH: 28,02g Só: 0,68g Zsír: 8,23g Feh.: 10,84g Cuk: 0,60g Ca: 204,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Zöldfűszeres sajtkrém házi # # ^{7,8} , Újhagyma, Tea E: 212,13kcal Tel.zsír.: 3,63g CH: 26,56g Só: 1,17g Zsír: 8,13g Feh.: 8,20g Cuk: 5,60g Ca: 90,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Sárgarépas tojáskrém ^{3,7,10} , Retek fél adag, Paradicsom fél adag, Tej ⁷ E: 309,05kcal Tel.zsír.: 3,75g CH: 31,64g Só: 1,05g Zsír: 9,85g Feh.: 11,39g Cuk: 0,61g Ca: 204,00mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34,26kcal Tel.zsír.: g CH: 7,45g Só: 0,00g Zsír: 0,12g Feh.: 0,08g Cuk: 6,99g Ca: mg	Tea E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g Cuk: 5,00g Ca: mg	Almalé 100 % E: 92,00kcal Tel.zsír.: g CH: 22,60g Só: 0,01g Zsír: 0,20g Feh.: g Cuk: g Ca: mg	Narancs-citrom turmix E: 47,40kcal Tel.zsír.: g CH: 11,07g Só: 0,00g Zsír: 0,08g Feh.: 0,10g Cuk: 9,99g Ca: mg	Tea E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g Cuk: 5,00g Ca: mg
Ebéd	Tojáslepeny sajttal ^{1,3,7} , Alma, Finomfőzelék ^{1,7} E: 397,96kcal Tel.zsír.: 3,40g CH: 33,56g Só: 0,49g Zsír: 12,79g Feh.: 12,80g Cuk: g Ca: 98,40mg	Mandarin, Francia rakott burgonya ^{1,3,7,8} E: 397,28kcal Tel.zsír.: 6,46g CH: 39,62g Só: 0,48g Zsír: 16,27g Feh.: 11,74g Cuk: g Ca: 170,00mg	Sertés ragu, Kuskusz ¹ , Csemege uborka E: 336,59kcal Tel.zsír.: 0,74g CH: 34,49g Só: 1,38g Zsír: 15,89g Feh.: 12,69g Cuk: g Ca: mg	Alma, Paradicsomos káposztafőzelék ¹ , Natúr sertésszelet ¹ E: 303,19kcal Tel.zsír.: 0,83g CH: 25,94g Só: 0,28g Zsír: 17,31g Feh.: 10,67g Cuk: 4,00g Ca: mg	Húsleves ^{1,8} , Banán, Diós kevert házi ^{1,3,7,8} E: 318,43kcal Tel.zsír.: 1,02g CH: 39,37g Só: 0,24g Zsír: 11,68g Feh.: 9,69g Cuk: 8,17g Ca: 12,00mg
Uzsonna	Félbarna kenyér ^{1,6} , Körözött ⁷ , Tea friss citrommal és cukorral, Retek E: 171,73kcal Tel.zsír.: 0,62g CH: 27,93g Só: 0,85g Zsír: 2,99g Feh.: 7,78g Cuk: 5,60g Ca: 26,00mg	Kígyóuborka, Tea, Kukoricás kenyér liga margarinnal ^{1,3,7} , Natúr joghurt ⁷ E: 259,86kcal Tel.zsír.: 0,81g CH: 34,83g Só: 1,23g Zsír: 8,98g Feh.: 9,35g Cuk: 5,66g Ca: 180,00mg	Tej ⁷ , Túrófelfújt ^{1,3,7} E: 260,77kcal Tel.zsír.: 2,78g CH: 20,04g Só: 0,23g Zsír: 9,56g Feh.: 15,37g Cuk: 4,00g Ca: 244,00mg	Teljeskiörlésű kenyér liga margarinnal ^{1,3,7} , Gépsonka (Pick), Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 274,45kcal Tel.zsír.: 3,89g CH: 31,04g Só: 1,36g Zsír: 9,70g Feh.: 14,39g Cuk: 0,60g Ca: 204,00mg	TV paprika, Tej fél adag ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,3,7} , Házi húskrém ⁷ E: 255,03kcal Tel.zsír.: 2,47g CH: 28,66g Só: 0,87g Zsír: 10,74g Feh.: 10,57g Cuk: 0,66g Ca: 120,00mg

Allergének:
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető