

Bölcsődei étlap

Étlap

2023. szeptember 25 - 2023. szeptember 29

Étkezés	2023.09.25 Hétfő	2023.09.26 Kedd	2023.09.27 Szerda	2023.09.28 Csütörtök	2023.09.29 Péntek
Reggeli	Vajas-mézes kenyér liga margarinnal ^{1,6} , Tej ⁷ E: 248,19kcal Tel.zsír.: 3,40g CH: 34,07g Só: 1,04g Zsír: 8,16g Feh.: 9,76g Cuk: 0,61g Ca: 204,00mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Paradicsom, Tej ⁷ E: 279,23kcal Tel.zsír.: 3,56g CH: 26,16g Só: 0,92g Zsír: 9,18g Feh.: 10,54g Cuk: 0,43g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Hame tonhalkrém, Ujhagyma, Tea E: 304,61kcal Tel.zsír.: 0,93g CH: 53,97g Só: 0,97g Zsír: 6,75g Feh.: 11,98g Cuk: 5,00g Ca: mg	Félbarna kenyér liga margarinnal ^{1,6} , Tavaszi felvágott ⁶ , TV paprika, Tea E: 192,22kcal Tel.zsír.: 1,92g CH: 27,16g Só: 1,22g Zsír: 6,39g Feh.: 6,28g Cuk: 5,60g Ca: mg	Tejes kifli ^{1,3,7} , Snidlinges túrókrém(Lotti) ⁷ , Kígyóuborka, Tej ⁷ E: 194,16kcal Tel.zsír.: 3,17g CH: 21,65g Só: 0,53g Zsír: 6,87g Feh.: 11,24g Cuk: 0,78g Ca: 225,00mg
Tízórai	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	limonádé E: 21,92kcal Tel.zsír.: g CH: 5,31g Só: g Zsír: 0,02g Feh.: 0,02g Cuk: 5,00g 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	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18,26kcal Tel.zsír.: g CH: 4,35g Só: 0,00g Zsír: 0,06g Feh.: 0,06g Cuk: g 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
Ebéd	Banán, Almás - sajtos csirkemell ^{1,7} , Burgonyapüré ⁷ E: 463,60kcal Tel.zsír.: 7,40g CH: 49,16g Só: 0,90g Zsír: 17,97g Feh.: 24,88g Cuk: g Ca: 288,00mg	Húsleves ^{1,8} , Alma, Piskótatorta 4. csokis ^{1,3,6,7} E: 253,46kcal Tel.zsír.: 1,65g CH: 25,77g Só: 0,22g Zsír: 12,84g Feh.: 8,27g Cuk: 8,99g Ca: 48,00mg	Alma, Francia rakott burgonya ^{1,3,7,8} E: 383,14kcal Tel.zsír.: 6,46g CH: 36,47g Só: 0,48g Zsír: 16,33g Feh.: 11,44g Cuk: g Ca: 200,00mg	Körte, Sertés apró, Kelbimbó főzelék ¹ E: 303,41kcal Tel.zsír.: 0,48g CH: 32,22g Só: 0,09g Zsír: 14,28g Feh.: 11,23g Cuk: g Ca: mg	Banán, Sárgarépa főzelék ^{1,7} , Csirkepörkölt E: 286,28kcal Tel.zsír.: 0,93g CH: 42,18g Só: 0,59g Zsír: 6,43g Feh.: 14,05g Cuk: g Ca: 24,00mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , Tea, Lilahagyma E: 159,94kcal Tel.zsír.: 0,28g CH: 26,45g Só: 0,71g Zsír: 5,01g Feh.: 4,22g Cuk: 5,00g Ca: mg	vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Párizsi(Familia) ⁶ , TV paprika, Liga margarin, Tej ⁷ E: 283,42kcal Tel.zsír.: 3,80g CH: 28,88g Só: 1,48g Zsír: 13,07g Feh.: 11,89g Cuk: g Ca: 204,00mg	Vágott zsemle ¹ , Brokkolis sajtkrém ^{7,8} , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 253,90kcal Tel.zsír.: 6,04g CH: 23,76g Só: 1,08g Zsír: 12,19g Feh.: 12,22g Cuk: 0,60g Ca: 280,00mg	Tea, Rizsfelfújt lekvárral ^{1,3,7} E: 415,43kcal Tel.zsír.: 3,61g CH: 60,30g Só: 0,15g Zsír: 10,91g Feh.: 7,87g Cuk: 19,13g Ca: 120,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tej fél adag ⁷ , Retek, Házi húskrém ⁷ E: 318,18kcal Tel.zsír.: 3,23g CH: 33,58g Só: 1,34g Zsír: 13,36g Feh.: 14,79g Cuk: g Ca: 120,00mg

Allergének:
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákkfélek 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. Szezám-mag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető