

Bölcsődei étlap

Étlap

2023. november 13 - 2023. november 17

Étkezés	2023.11.13 Hétfő	2023.11.14 Kedd	2023.11.15 Szerda	2023.11.16 Csütörtök	2023.11.17 Péntek
Reggeli	Német zsemle ₁ , Rama margarin ₇ , Főtt tojás feltétként ₃ , Paradicsom, Tej fél adag ₇ E: 265,87kcal Tel.zsír.: 2,80g CH: 26,30g Só: 0,84g Zsír: 7,86g Feh.: 8,60g Cuk: g Ca: 120,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Tömlős sajtkrém ₇ , Kígyóuborka, Tej ₇ E: 265,28kcal Tel.zsír.: 5,20g CH: 29,98g Só: 0,80g Zsír: 10,16g Feh.: 12,18g Cuk: g Ca: 204,00mg	Kakaó ₇ , Fatörzs stangli liga margarinnal E: 156,26kcal Tel.zsír.: 3,59g CH: 14,40g Só: 0,24g Zsír: 8,17g Feh.: 6,10g Cuk: 5,00g Ca: 204,00mg	Diós túrókrém(Lotti) _{7,8} , TV paprika, Tea, Kukoricás kenyér _{1,7} E: 204,73kcal Tel.zsír.: 2,00g CH: 29,78g Só: 0,74g Zsír: 5,42g Feh.: 8,63g Cuk: 5,66g Ca: 21,00mg	Tejbedara kakaó szórattal _{1,7} , Tea E: 290,03kcal Tel.zsír.: 3,42g CH: 47,64g Só: 0,23g Zsír: 6,52g Feh.: 9,81g Cuk: 17,48g Ca: 240,00mg
Tízórai	limonádé E: 21,92kcal Tel.zsír.: g CH: 5,31g Só: g Zsír: 0,02g Feh.: 0,02g Cuk: 5,00g 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	limonádé E: 21,92kcal Tel.zsír.: g CH: 5,31g Só: g Zsír: 0,02g Feh.: 0,02g Cuk: 5,00g Ca: mg	Meggy turmix ₇ E: 127,37kcal Tel.zsír.: 2,28g CH: 16,25g Só: 0,17g Zsír: 4,35g Feh.: 5,34g Cuk: 5,00g Ca: 180,00mg	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
Ebéd	Narancs, Hajdinás rakott karfiol ₇ E: 355,08kcal Tel.zsír.: 1,82g CH: 41,64g Só: 0,12g Zsír: 14,64g Feh.: 13,16g Cuk: g Ca: 20,00mg	Banán, Sajtos halfilé _{1,4,7} , Burgonyapüré ₇ E: 361,54kcal Tel.zsír.: 3,86g CH: 46,34g Só: 0,48g Zsír: 11,48g Feh.: 17,28g Cuk: g Ca: 122,00mg	Banán fél adag, Zöldborsó főzelék _{1,7} , Tojáspörkölt _{1,3,7} E: 450,72kcal Tel.zsír.: 2,27g CH: 46,86g Só: 0,11g Zsír: 10,42g Feh.: 15,32g Cuk: 5,00g Ca: 58,00mg	Alma, Paradicsomos húsgombóc _{1,3,9} , Főtt burgonya fél adag E: 338,90kcal Tel.zsír.: 0,41g CH: 44,00g Só: 0,40g Zsír: 11,74g Feh.: 11,11g Cuk: 5,00g Ca: mg	Banán, Zellerfőzelék _{1,7} , Sertés apró E: 341,27kcal Tel.zsír.: 1,58g CH: 37,35g Só: 0,44g Zsír: 15,43g Feh.: 12,00g Cuk: g Ca: 20,00mg
Uzsonna	Félbarna kenyér _{1,6} , Tej fél adag ₇ , Hónapos retek, Párizsi krém(Pick) _{6,7} E: 284,79kcal Tel.zsír.: 2,47g CH: 35,08g Só: 1,85g Zsír: 9,83g Feh.: 13,96g Cuk: 0,61g Ca: 120,00mg	Erdélyi burgonyás kenyér _{1,12} , Paradicsom, Tea virágmézzel, Kockasajt(Medve) ₇ E: 176,10kcal Tel.zsír.: 3,85g CH: 24,28g Só: 1,32g Zsír: 5,45g Feh.: 7,01g Cuk: 0,82g Ca: 100,00mg	Félbarna kenyér liga margarinnal _{1,6} , Zala felvágott(Familia) ₆ , Kígyóuborka, Tej ₇ E: 283,87kcal Tel.zsír.: 4,85g CH: 30,34g Só: 1,55g Zsír: 12,16g Feh.: 13,02g Cuk: 0,61g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Brokkolis sajtkrém _{7,8} , Tea, Jégcsapretek E: 237,43kcal Tel.zsír.: 4,81g CH: 25,44g Só: 1,10g Zsír: 10,25g Feh.: 9,75g Cuk: 5,00g Ca: 160,00mg	Barna zsemle _{1,7,12} , Tea, Paradicsom, Natúr joghurt ₇ E: 233,80kcal Tel.zsír.: 0,09g CH: 35,17g Só: 1,07g Zsír: 5,96g Feh.: 9,27g Cuk: 5,00g Ca: 180,00mg

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető