

Bölcsődei étlap

Étlap

2023. november 27 - 2023. december 1

Étkezés	2023.11.27 Hétfő	2023.11.28 Kedd	2023.11.29 Szerda	2023.11.30 Csütörtök	2023.12.01 Péntek
Reggeli	Kalács ^{1,3,7} , Teavaj ⁷ , Vaniliás tej ⁷ E: 310,33kcal Tel.zsír.: 6,45g CH: 30,58g Só: 0,19g Zsír: 15,84g Feh.: 10,34g Cuk: 2,00g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tavaszi felvágott ⁶ , Liga margarin, Paradicsom, Tej ⁷ E: 287,85kcal Tel.zsír.: 5,11g CH: 29,51g Só: 1,23g Zsír: 13,00g Feh.: 11,78g Cuk: g Ca: 204,00mg	Vágott zsemle ¹ , Uborkás tömlös krém [#] ^{#7} , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 229,86kcal 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} , póréhgyma, Tea E: 243,44kcal Tel.zsír.: 3,66g CH: 33,68g Só: 1,21g Zsír: 8,31g Feh.: 9,97g Cuk: 5,60g Ca: 120,00mg	vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Sárgarépas tojáskrém ^{3,7,10} , TV paprika, Tea virágmézzel E: 216,01kcal Tel.zsír.: 1,25g CH: 25,17g Só: 0,81g Zsír: 5,14g Feh.: 5,18g Cuk: g Ca: mg
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	Banánturmix ⁷ E: 139,15kcal Tel.zsír.: 2,28g CH: 19,42g Só: 0,19g Zsír: 4,24g Feh.: 5,56g Cuk: 3,00g Ca: 180,00mg	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: 118,40mg	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: 200,00mg	Narancs, Zöldborsós sertésragu, Tészta köret. E: 394,34kcal Tel.zsír.: 0,57g CH: 47,25g Só: 0,08g Zsír: 15,56g Feh.: 15,22g 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} , Aranygaluska vaníliásodóval ^{1,3,7,8} E: 487,38kcal Tel.zsír.: 3,72g CH: 56,48g Só: 0,31g Zsír: 19,77g Feh.: 17,74g Cuk: 3,50g Ca: 144,00mg
Uzsonna	Félbarna kenyér ^{1,6} , Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , Kígyóuborka, Tea friss citrommal és cukorral E: 153,19kcal Tel.zsír.: g CH: 26,86g Só: 0,92g Zsír: 4,38g Feh.: 4,40g Cuk: 5,60g Ca: mg	Körözött ⁷ , TV paprika, Tej fél adag ⁷ , Kukoricás kenyér liga margarinnal ^{1,7} E: 246,63kcal Tel.zsír.: 2,95g CH: 29,75g Só: 0,91g Zsír: 8,92g Feh.: 11,27g Cuk: 0,66g Ca: 146,00mg	Tej fél adag ⁷ , Túrófelfújt ^{1,3,7} E: 218,61kcal Tel.zsír.: 1,72g CH: 16,33g Só: 0,16g Zsír: 7,60g Feh.: 12,99g Cuk: 4,00g Ca: 160,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Gépsonka (Pick), Liga margarin, Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 240,30kcal Tel.zsír.: 3,43g CH: 25,41g Só: 1,01g Zsír: 9,54g Feh.: 11,85g Cuk: g Ca: 120,00mg	Tejes kifli ^{1,3,7} , Paradicsom, Tej ⁷ , Kockasajt(Medve) ⁷ E: 221,56kcal Tel.zsír.: 6,62g CH: 21,61g Só: 1,07g Zsír: 9,94g Feh.: 11,20g Cuk: 1,60g Ca: 304,00mg

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

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető