

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. január 15 - 2024. január 19

Étkezés	2024.01.15 Hétfő	2024.01.16 Kedd	2024.01.17 Szerda	2024.01.18 Csütörtök	2024.01.19 Péntek
Reggeli	Karamellás tej ⁷ , Fatörzs stangli liga margarinnal E: 151,57kcal Tel.zsír.: 3,40g CH: 14,25g Só: 0,24g Zsír: 7,85g Feh.: 5,83g Cuk: 5,00g Ca: 204,00mg	Tej fél adag ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} , Lilahagyma, Kockasajt(Medve) ⁷ E: 241,26kcal Tel.zsír.: 5,28g CH: 29,85g Só: 1,40g Zsír: 8,37g Feh.: 11,05g Cuk: 1,48g Ca: 220,00mg	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	Félbarna kenyér ^{1,6} , Natúr vajkrém(Tolle) ⁷ , TV paprika, Tej ⁷ E: 247,61kcal Tel.zsír.: 2,58g CH: 30,73g Só: 0,99g Zsír: 9,22g Feh.: 10,22g Cuk: 0,61g Ca: 204,00mg	Barna zsemle ^{1,7,12} , Gépsonka (Pick), Liga margarin, Kígyóborka, Tej ⁷ E: 285,33kcal Tel.zsír.: 4,30g CH: 31,71g Só: 1,10g Zsír: 10,91g Feh.: 14,43g Cuk: g Ca: 204,00mg
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	Tea friss citrommal és cukorral E: 23,16kcal Tel.zsír.: g CH: 5,23g Só: 0,00g Zsír: 0,06g Feh.: 0,04g Cuk: 5,00g Ca: mg	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	Tea friss citrommal és cukorral E: 23,16kcal Tel.zsír.: g CH: 5,23g Só: 0,00g Zsír: 0,06g Feh.: 0,04g Cuk: 5,00g Ca: mg
Ebéd	Alma, Zöldbabfőzelék ^{1,7} , Sertés apró E: 296,99kcal Tel.zsír.: 1,63g CH: 24,43g Só: 0,11g Zsír: 16,16g Feh.: 13,06g Cuk: g Ca: 20,00mg	Banán, Főtt rizs, Reszelt csirkemáj, Csemege uborka E: 360,26kcal Tel.zsír.: 1,35g CH: 56,90g Só: 1,34g Zsír: 7,62g Feh.: 14,87g Cuk: g Ca: mg	Narancs, Parajfőzelék ^{1,7} , Főtt burgonya parajhoz, Főtt tojás ³ E: 368,11kcal Tel.zsír.: 1,34g CH: 39,53g Só: 0,12g Zsír: 6,34g Feh.: 10,48g Cuk: g Ca: 48,00mg	Mandarin, Rakott karfiol ⁷ E: 393,96kcal Tel.zsír.: 4,32g CH: 39,74g Só: 0,49g Zsír: 18,03g Feh.: 17,04g Cuk: g Ca: 140,00mg	Húsleves ^{1,8} , Alma, Kakaós palacsinta ^{1,3,7} E: 351,14kcal Tel.zsír.: 1,18g CH: 41,38g Só: 0,40g Zsír: 13,62g Feh.: 12,78g Cuk: 2,00g Ca: 60,00mg
Uzsonna	Félbarna kenyér liga margarinnal ^{1,6} , Trappista sajt feltétként (Ammerlander) ⁷ , Kígyóborka, Tej ⁷ E: 309,27kcal Tel.zsír.: 6,97g CH: 30,54g Só: 1,53g Zsír: 13,80g Feh.: 15,44g Cuk: 0,61g Ca: 364,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Paradicsom, Tej ⁷ E: 302,40kcal Tel.zsír.: 3,84g CH: 29,29g Só: 0,81g Zsír: 9,82g Feh.: 11,01g Cuk: g Ca: 204,00mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Diós sajtkrém(Ammerlander) ^{7,8} , TV paprika, Tea E: 238,84kcal Tel.zsír.: 5,08g CH: 22,64g Só: 1,20g Zsír: 11,92g Feh.: 9,81g Cuk: 5,42g Ca: 160,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Zala felvágott (Familia) ⁶ , Liga margarin, Paradicsom E: 197,76kcal Tel.zsír.: 2,88g CH: 20,15g Só: 1,17g Zsír: 9,30g Feh.: 7,05g Cuk: g Ca: mg	Tej fél adag ⁷ , Jégcsapretek, Kukoricás kenyér ^{1,7} , Házi húskrém ⁷ E: 269,43kcal Tel.zsír.: 2,95g CH: 28,59g Só: 0,88g Zsír: 12,45g Feh.: 10,56g 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