

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. február 5 - 2024. február 9

Étkezés	2024.02.05 Hétfő	2024.02.06 Kedd	2024.02.07 Szerda	2024.02.08 Csütörtök	2024.02.09 Péntek
Reggeli	Kalács ^{1,3,7} , Kakaó neskakaóból ⁷ E: 243,49kcal Tel.zsír.: 2,58g CH: 31,30g Só: 0,24g Zsír: 7,98g Feh.: 10,68g Cuk: g Ca: 204,00mg	Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , Kápi paprika, Tej ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 246,12kcal Tel.zsír.: 2,58g CH: 33,02g Só: 1,03g Zsír: 9,25g Feh.: 10,38g Cuk: 0,66g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Diós sajtkrém (Ammerlander) ^{7,8} , Kígyóborka, Tej ⁷ E: 341,35kcal Tel.zsír.: 7,94g CH: 29,30g Só: 1,29g Zsír: 17,26g Feh.: 15,97g Cuk: g Ca: 364,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Főtt virsli ⁶ , Ketchup, Tej fél adag ⁷ E: 324,24kcal Tel.zsír.: 1,52g CH: 31,14g Só: 2,84g Zsír: 15,28g Feh.: 15,27g Cuk: 3,41g Ca: 120,00mg	Tea, Zabkása ^{1,7} E: 197,66kcal Tel.zsír.: 1,87g CH: 31,92g Só: 0,13g Zsír: 4,52g Feh.: 7,03g Cuk: 9,99g Ca: 120,00mg
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	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	limonádé E: 21,92kcal Tel.zsír.: g CH: 5,31g Só: g Zsír: 0,02g Feh.: 0,02g 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
Ebéd	Alma fél adag, Spenótos tésza sajttal ^{1,3,7} E: 415,91kcal Tel.zsír.: 5,72g CH: 52,13g Só: 0,50g Zsír: 16,17g Feh.: 15,79g Cuk: g Ca: 192,00mg	Banán fél adag, Zellerfőzelék ^{1,7} , Vagdalt sertésből zöldséggel ^{1,3,9} E: 285,22kcal Tel.zsír.: 1,62g CH: 31,55g Só: 0,51g Zsír: 11,83g Feh.: 9,98g Cuk: 0,11g Ca: 20,00mg	Kiwi, Rakott burgonya darált hússal ^{3,7} E: 380,19kcal Tel.zsír.: 1,96g CH: 32,82g Só: 0,10g Zsír: 15,82g Feh.: 11,14g Cuk: g Ca: 20,00mg	Mandarin, Zöldborsós csirkemáj, Főtt rizs E: 325,35kcal Tel.zsír.: 0,63g CH: 46,32g Só: 0,02g Zsír: 7,86g Feh.: 15,82g Cuk: g Ca: mg	Palóclevés ^{1,7} , Fánk lekvárral házi ^{1,3,7} E: 512,67kcal Tel.zsír.: 2,42g CH: 68,04g Só: 0,23g Zsír: 20,08g Feh.: 16,10g Cuk: 13,86g Ca: 51,00mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tavaszi felvágott ⁶ , Liga margarin, Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 245,69kcal Tel.zsír.: 4,04g CH: 25,80g Só: 1,16g Zsír: 11,04g Feh.: 9,40g Cuk: g Ca: 120,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Halkrém ^{4,7,10} , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 260,77kcal Tel.zsír.: 3,54g CH: 30,68g Só: 1,07g Zsír: 9,17g Feh.: 13,95g Cuk: 0,61g Ca: 204,00mg	Zöldség felfűjt ^{1,3,7,8} , Tea, Paradicsom E: 165,12kcal Tel.zsír.: 1,58g CH: 21,52g Só: 0,15g Zsír: 4,26g Feh.: 4,80g Cuk: 5,00g Ca: 20,00mg	Tojáskrém ^{3,7,10} , Tej ⁷ , Jégsaláta, Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 304,73kcal Tel.zsír.: 3,56g CH: 31,78g Só: 0,93g Zsír: 9,25g Feh.: 11,16g Cuk: 0,66g Ca: 204,00mg	Húskrém pulykamellből ⁷ , Korpás kenyér ^{1,3,7} , Kígyóborka, Tej fél adag ⁷ E: 200,98kcal Tel.zsír.: 2,47g CH: 22,39g Só: 0,86g Zsír: 6,99g Feh.: 11,81g Cuk: 0,43g 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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető