

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. február 19 - 2024. február 23

Étkezés	2024.02.19 Hétfő	2024.02.20 Kedd	2024.02.21 Szerda	2024.02.22 Csütörtök	2024.02.23 Péntek
Reggeli	Vajas lekváros kenyér _{1,6} , Tej ₇ E: 311,89kcal Tel.zsír.: 3,40g CH: 49,30g Só: 1,05g Zsír: 8,16g Feh.: 9,86g Cuk: 16,90g Ca: 204,00mg	Paradicsom, Tej fél adag ₇ , Kukoricás kenyér _{1,7} , Kockasajt (Medve) ₇ E: 237,74kcal Tel.zsír.: 5,28g CH: 28,99g Só: 1,40g Zsír: 8,39g Feh.: 11,01g Cuk: 1,48g Ca: 220,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , TV paprika, Tej fél adag ₇ , Párizsi krém (Pick) _{6,7} E: 226,90kcal Tel.zsír.: 2,75g CH: 25,15g Só: 1,00g Zsír: 9,62g Feh.: 8,81g Cuk: g Ca: 120,00mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával ₃ , Tea, Kukoricás kenyér _{1,7} E: 295,19kcal Tel.zsír.: 0,70g CH: 28,23g Só: 0,73g Zsír: 5,03g Feh.: 6,95g Cuk: 5,66g Ca: mg	Vágott zsemle ₁ , Tömlős sajtkrém ₇ , Tej ₇ , Lilahagyma E: 246,99kcal Tel.zsír.: 4,92g CH: 29,27g Só: 0,67g Zsír: 9,29g Feh.: 11,36g Cuk: 0,60g Ca: 204,00mg
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	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 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	Tea E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g Cuk: 5,00g Ca: mg
Ebéd	Mandarin, Brokkoli főzelék _{1,7} , Halfasirt _{1,3,4,9} E: 323,67kcal Tel.zsír.: 2,05g CH: 32,70g Só: 0,43g Zsír: 11,10g Feh.: 19,16g Cuk: 0,10g Ca: 20,00mg	Alma, Rakott sárgarépa ₇ E: 375,32kcal Tel.zsír.: 4,18g CH: 40,42g Só: 0,83g Zsír: 16,72g Feh.: 14,55g Cuk: g Ca: 140,00mg	Banán, Kelkáposzta főzelék ₁ , Sertés apró E: 351,31kcal Tel.zsír.: 0,71g CH: 38,38g Só: 0,20g Zsír: 16,07g Feh.: 12,90g Cuk: g Ca: mg	Körte, Paradicsomos burgonyafőzelék ₁ , Vagdalt sertésből zöldséggel _{1,3,9} E: 364,29kcal Tel.zsír.: 0,52g CH: 53,42g Só: 0,42g Zsír: 10,77g Feh.: 10,80g Cuk: 5,11g Ca: mg	Zöldségleves daragaluskával _{1,3,9} , Alma, Répatorta _{1,3,6,7} E: 326,70kcal Tel.zsír.: 1,32g CH: 49,45g Só: 0,51g Zsír: 10,71g Feh.: 8,30g Cuk: 5,00g Ca: mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Zala felvágott (Familia) ₆ , Kápia paprika, Liga margarin, Tej fél adag ₇ E: 259,59kcal Tel.zsír.: 4,40g CH: 25,73g Só: 1,28g Zsír: 12,10g Feh.: 10,53g Cuk: g Ca: 120,00mg	Tea, Dióhabos csiga _{1,3,7,8} E: 313,65kcal Tel.zsír.: 1,55g CH: 52,25g Só: 0,03g Zsír: 6,10g Feh.: 7,39g Cuk: 9,99g Ca: 24,00mg	Tejes kifli _{1,3,7} , Kefir ₇ , Tej ₇ , Paradicsom E: 258,17kcal Tel.zsír.: 7,24g CH: 28,11g Só: 0,96g Zsír: 10,34g Feh.: 12,96g Cuk: 0,78g Ca: 384,00mg	Túrós pogácsa _{1,3,7} , Tea E: 197,22kcal Tel.zsír.: 2,41g CH: 21,77g Só: 0,04g Zsír: 10,07g Feh.: 6,03g Cuk: 5,00g Ca: 28,80mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , TV paprika, Tej ₇ , Házi húskrém ₇ E: 305,98kcal Tel.zsír.: 4,29g CH: 29,09g Só: 0,83g Zsír: 14,98g Feh.: 12,61g Cuk: g Ca: 204,00mg

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