

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. március 4 - 2024. március 8

Étkezés	2024.03.04 Hétfő	2024.03.05 Kedd	2024.03.06 Szerda	2024.03.07 Csütörtök	2024.03.08 Péntek
Reggeli	Tej ₇ , Fatörzs stangli liga margarinnal E: 131,47kcal Tel.zsír.: 3,40g CH: 9,25g Só: 0,24g Zsír: 7,85g Feh.: 5,83g Cuk: g Ca: 204,00mg	Félbarna kenyér _{1,6} , Zala felvágott(Familia) ₆ , TV paprika, Liga margarin, Tej fél adag ₇ E: 254,64kcal Tel.zsír.: 4,12g CH: 26,97g Só: 1,48g Zsír: 11,44g Feh.: 10,73g Cuk: 0,61g Ca: 120,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Újhagyma, Tea, Párizsi krém(Pick) _{6,7} E: 312,96kcal Tel.zsír.: 1,36g CH: 53,76g Só: 1,04g Zsír: 7,53g Feh.: 12,50g Cuk: 5,00g Ca: mg	Félbarna kenyér _{1,6} , Tojásrántotta _{3,7} , Tej fél adag ₇ , Sörretek E: 298,20kcal Tel.zsír.: 2,42g CH: 27,12g Só: 0,93g Zsír: 8,33g Feh.: 9,79g Cuk: 0,61g Ca: 138,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Petrezselymes liga margarin, Tej ₇ , Lilahagyma E: 243,79kcal Tel.zsír.: 3,68g CH: 29,89g Só: 0,85g Zsír: 8,86g Feh.: 9,75g 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 E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g 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	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
Ebéd	Banán, Finomfőzelék _{1,7} , Főtt tojás ₃ E: 389,52kcal Tel.zsír.: 1,14g CH: 45,07g Só: 0,28g Zsír: 6,59g Feh.: 10,13g Cuk: g Ca: 24,00mg	Kiwi, Csöben sült zöldbab sertés _{1,3,7,8} E: 429,49kcal Tel.zsír.: 5,46g CH: 31,31g Só: 0,50g Zsír: 22,62g Feh.: 17,18g Cuk: g Ca: 179,00mg	Alma, Karfiol főzelék _{1,7} , Sertés apró E: 346,15kcal Tel.zsír.: 2,40g CH: 26,32g Só: 0,17g Zsír: 20,45g Feh.: 14,23g Cuk: g Ca: 44,00mg	Zöldséges halfasirt _{1,3,4,9} , Burgonyapüré ₇ , Cékla savanyúság ₁₀ E: 303,25kcal Tel.zsír.: 1,83g CH: 39,63g Só: 2,01g Zsír: 7,87g Feh.: 14,71g Cuk: 0,10g Ca: 48,00mg	Narancs, Csirke apró ₁ , Kelbimbó főzelék ₁ E: 228,57kcal Tel.zsír.: 0,59g CH: 29,41g Só: 0,07g Zsír: 6,02g Feh.: 13,54g Cuk: g Ca: mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Sajtkrém házi (Ammerlander) _{7,8} , Kaliforniai paprika, Tej ₇ E: 320,18kcal Tel.zsír.: 7,39g CH: 29,76g Só: 1,29g Zsír: 15,02g Feh.: 15,26g Cuk: g Ca: 364,00mg	Paradicsom, Tea, Kukoricás kenyér _{1,7} , Natúr joghurt ₇ E: 235,13kcal Tel.zsír.: g CH: 35,34g Só: 1,18g Zsír: 6,00g Feh.: 9,38g Cuk: 5,66g Ca: 180,00mg	Tejes kifli _{1,3,7} , Magyaros vajkrém(Tolle) ₃ , Tea, Hónapos retek E: 158,68kcal Tel.zsír.: 0,27g CH: 25,79g Só: 1,01g Zsír: 4,45g Feh.: 6,94g Cuk: 5,77g Ca: mg	Kemencés kenyér ₁ , Kígyóuborka, Tej ₇ , Kockasajt(Medve) ₇ E: 267,61kcal Tel.zsír.: 6,46g CH: 30,08g Só: 1,56g Zsír: 10,26g Feh.: 13,28g Cuk: 0,82g Ca: 304,00mg	Tej ₇ , Almás pite _{1,3,7,8} E: 424,33kcal Tel.zsír.: 7,05g CH: 47,74g Só: 0,42g Zsír: 20,78g Feh.: 10,45g Cuk: 9,99g Ca: 214,00mg

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