

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. március 18 - 2024. március 22

Étkezés	2024.03.18 Hétfő	2024.03.19 Kedd	2024.03.20 Szerda	2024.03.21 Csütörtök	2024.03.22 Péntek
Reggeli	Tejbedara kakaó szóráttal^{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}, Zala felvágott(Familia)⁶, Flora Gold margarin, Kígyóuborka, Tej⁷ E: 287,54kcal Tel.zsír.: 4,94g CH: 30,35g Só: 1,51g Zsír: 12,66g Feh.: 13,04g Cuk: 0,61g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Főtt virsl⁶, Ketchup, Tea E: 287,88kcal Tel.zsír.: 0,28g CH: 29,27g Só: 2,53g Zsír: 13,17g Feh.: 11,65g Cuk: 7,80g Ca: mg	Tojásrántotta^{3,7}, Félbarna kenyér^{1,6}, TV paprika, Tea virágmézzel E: 258,00kcal Tel.zsír.: 0,90g CH: 26,70g Só: 0,82g Zsír: 5,60g Feh.: 6,65g Cuk: 0,61g Ca: 18,00mg	Tejes kifli^{1,3,7}, Magyaros vajkrém(Tolle)³, Tej⁷, Paradicsom E: 186,18kcal Tel.zsír.: 2,86g CH: 21,65g Só: 0,62g Zsír: 8,84g Feh.: 8,11g Cuk: 0,78g Ca: 204,00mg
Tízórai	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	Tea virágmézzel E: 16,11kcal Tel.zsír.: g CH: 4,28g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,03g Cuk: g 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	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
Ebéd	Narancs, Finomfőzelék^{1,7}, Sertéspörkölt E: 324,33kcal Tel.zsír.: 0,84g CH: 31,81g Só: 0,30g Zsír: 15,30g Feh.: 13,89g Cuk: g Ca: 24,00mg	Rántott halrudak^{1,4}, Zelleres burgonyapüré #⁷, Csemege uborka E: 365,89kcal Tel.zsír.: 2,09g CH: 45,78g Só: 1,32g Zsír: 13,75g Feh.: 13,71g Cuk: g Ca: 60,00mg	Alma, Reszelt csirkemáj, Kuszkus¹ E: 287,69kcal Tel.zsír.: 1,29g CH: 39,27g Só: 0,11g Zsír: 6,94g Feh.: 15,63g Cuk: g Ca: mg	Kiwi, Csőben sült sárgarépa csirke^{1,3,7,8} E: 370,20kcal Tel.zsír.: 5,51g CH: 32,92g Só: 0,85g Zsír: 15,15g Feh.: 17,31g Cuk: g Ca: 179,00mg	Húsgombóc leves sertéshúsból^{1,3,9}, Meggyes-szilvás piskóta kocka^{1,3,7} E: 511,89kcal Tel.zsír.: 3,04g CH: 48,09g Só: 0,32g Zsír: 25,43g Feh.: 13,22g Cuk: 9,99g Ca: 24,00mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Paradicsom, Tej⁷, Kockasajt(Medve)⁷ E: 273,18kcal Tel.zsír.: 6,62g CH: 29,41g Só: 1,35g Zsír: 10,88g Feh.: 13,04g Cuk: 0,82g Ca: 304,00mg	Sárgarépás tojáskrém^{3,7,10}, TV paprika, Tej fél adag⁷, Kukoricás kenyér^{1,7} E: 276,69kcal Tel.zsír.: 2,69g CH: 29,48g Só: 0,89g Zsír: 8,07g Feh.: 9,15g Cuk: 0,66g Ca: 120,00mg	Korpás kifli^{1,3,7}, Teavaj Lotti⁷, Kápia paprika, Tej fél adag⁷, Trappista sajt (Ammerlander)⁷ E: 313,57kcal Tel.zsír.: 10,78g CH: 19,14g Só: 1,16g Zsír: 19,65g Feh.: 14,66g Cuk: 0,97g Ca: 360,00mg	Húskrém pulykamellből, Kemencés kenyér¹, Kígyóuborka, Tej⁷ E: 263,25kcal Tel.zsír.: 3,65g CH: 30,42g Só: 1,03g Zsír: 8,98g Feh.: 14,94g Cuk: g Ca: 204,00mg	Tea friss citrommal és cukorral, Almás zabkása^{1,7} E: 206,05kcal Tel.zsír.: 1,87g CH: 33,25g Só: 0,13g Zsír: 4,65g Feh.: 7,13g Cuk: 9,99g 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