

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. április 1 - 2024. április 5

Étkezés	2024.04.01 Hétfő	2024.04.02 Kedd	2024.04.03 Szerda	2024.04.04 Csütörtök	2024.04.05 Péntek
Reggeli	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Petrezselymes vajkrém ⁷ , Kápia paprika, Tej ⁷ E: 276,60kcal Tel.zsír.: 4,77g CH: 29,34g Só: 0,81g Zsír: 12,88g Feh.: 9,83g Cuk: g Ca: 204,00mg	Tejeskávé pótkávéból ⁷ , Fatörzs stangli liga margarinnal E: 172,84kcal Tel.zsír.: 3,42g CH: 19,08g Só: 0,25g Zsír: 7,97g Feh.: 6,02g Cuk: 6,99g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Párizsi(Familia) ⁶ , TV paprika, Liga margarin, Tea virágmézzel E: 206,98kcal Tel.zsír.: 1,42g CH: 24,14g Só: 1,13g Zsír: 8,99g Feh.: 6,38g Cuk: g Ca: mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Sajtkrém házi (Ammerlander) ^{7,8} , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 306,02kcal Tel.zsír.: 7,20g CH: 28,68g Só: 1,45g Zsír: 14,30g Feh.: 15,01g Cuk: g Ca: 364,00mg	vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Tonhalkrém tejföllel ^{7,10} , Jégсалáta, Tea virágmézzel E: 119,82kcal Tel.zsír.: 0,39g CH: 23,82g Só: 0,78g Zsír: 1,00g Feh.: 3,68g Cuk: g Ca: 5,00mg
Tízórai	Meggy turmix ⁷ E: 127,37kcal Tel.zsír.: 2,28g CH: 16,25g Só: 0,17g Zsír: 4,35g Feh.: 5,34g Cuk: 5,00g Ca: 180,00mg	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	Tea E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g Cuk: 5,00g Ca: mg
Ebéd	Körte, Piritott csirkemáj, Cukkinifőzelék ^{1,7} E: 248,09kcal Tel.zsír.: 1,69g CH: 27,20g Só: 0,03g Zsír: 9,02g Feh.: 14,30g Cuk: g 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, Csőben sült tök sertés ^{1,3,7,8} E: 404,12kcal Tel.zsír.: 5,46g CH: 29,12g Só: 0,52g Zsír: 22,11g Feh.: 15,11g Cuk: g Ca: 179,00mg	Narancs, Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Főtt tojás feltétként ³ E: 337,03kcal Tel.zsír.: 0,96g CH: 45,14g Só: 0,08g Zsír: 4,28g Feh.: 15,32g Cuk: 5,00g Ca: 48,00mg	Zöldségleves tészta nélkül ¹ , Alma fél adag, Aranygaluska vaniliasodóval ^{1,3,7,8} E: 567,94kcal Tel.zsír.: 5,62g CH: 69,37g Só: 0,75g Zsír: 22,50g Feh.: 18,17g Cuk: 10,49g Ca: 144,00mg
Uzsonna	Német zsemle ¹ , Párolt zöldségkrém ^{7,9} , Tej ⁷ , Lilahagyma E: 259,41kcal Tel.zsír.: 3,63g CH: 33,89g Só: 0,96g Zsír: 8,68g Feh.: 10,82g Cuk: g Ca: 204,00mg	Diós túrókrém(Lotti) ^{7,8} , Tej ⁷ , Paradicsom, Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 286,59kcal Tel.zsír.: 3,59g CH: 33,84g Só: 0,94g Zsír: 10,15g Feh.: 14,36g Cuk: 0,66g Ca: 225,00mg	Korpás kifli ^{1,3,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Kígyóuborka, Tea virágmézzel E: 170,43kcal Tel.zsír.: 1,01g CH: 17,05g Só: 0,34g Zsír: 4,33g Feh.: 4,12g Cuk: 0,97g Ca: mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Tej fél adag ⁷ , Paradicsom, Natúr joghurt ⁷ E: 264,77kcal Tel.zsír.: 1,52g CH: 33,92g Só: 1,37g Zsír: 8,64g Feh.: 12,65g Cuk: 0,61g Ca: 300,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Gépsonka, Liga margarin, Kígyóuborka, Tej fél adag ⁷ E: 237,78kcal Tel.zsír.: 3,43g CH: 24,88g Só: 1,01g Zsír: 9,52g Feh.: 11,81g Cuk: g 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