

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. április 8 - 2024. április 12

Étkezés	2024.04.08 Hétfő	2024.04.09 Kedd	2024.04.10 Szerda	2024.04.11 Csütörtök	2024.04.12 Péntek
Reggeli	Félbarna kenyér ^{1,6} , Natúr vajkrém(Tolle) ⁷ , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 205,93kcal Tel.zsír.: 1,52g CH: 27,22g Só: 0,92g Zsír: 7,24g Feh.: 7,80g Cuk: 0,61g Ca: 120,00mg	Almás sajtkrém ⁷ , Tej ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 323,82kcal Tel.zsír.: 7,11g CH: 32,48g Só: 1,41g Zsír: 14,47g Feh.: 15,45g Cuk: 0,66g Ca: 364,00mg	vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Tavaszi felvágott krém ^{6,7} , TV paprika, Tea E: 174,30kcal Tel.zsír.: 1,69g CH: 25,26g Só: 0,99g Zsír: 5,73g Feh.: 5,00g Cuk: 5,00g Ca: mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával ³ , Vágott zsemle ¹ , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 307,76kcal Tel.zsír.: 2,22g CH: 23,79g Só: 0,59g Zsír: 7,52g Feh.: 9,29g Cuk: 0,60g Ca: 120,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Tej ⁷ , Hónapos retek, Kockasajt(Medve) ⁷ E: 324,20kcal Tel.zsír.: 6,34g CH: 39,13g Só: 2,14g Zsír: 10,56g Feh.: 17,87g Cuk: 1,43g Ca: 304,00mg
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	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 virágmézzel E: 18,26kcal Tel.zsír.: g CH: 4,35g Só: 0,00g Zsír: 0,06g Feh.: 0,06g Cuk: g 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
Ebéd	Almás - sajtos csirkemell ^{1,7} , Rizi-bizi E: 395,85kcal Tel.zsír.: 6,16g CH: 37,36g Só: 0,80g Zsír: 16,22g Feh.: 23,95g Cuk: g Ca: 240,00mg	Narancs, Virslipörkölt feltét ^{1,6} , Kelbimbó főzelék ¹ E: 256,93kcal Tel.zsír.: 0,81g CH: 28,36g Só: 0,64g Zsír: 12,52g Feh.: 7,21g Cuk: g Ca: mg	Kiwi, Csirke apró ¹ , Sütőtökfőzelék ^{1,7} E: 355,65kcal Tel.zsír.: 2,03g CH: 46,82g Só: 0,11g Zsír: 11,19g Feh.: 14,74g Cuk: g Ca: 20,00mg	Banán, Sóska mártás ^{1,7} , Vagdalt ^{1,3} , Főtt burgonya mártáshoz E: 418,24kcal Tel.zsír.: 1,67g CH: 54,40g Só: 0,29g Zsír: 14,01g Feh.: 13,15g Cuk: 5,08g Ca: 20,00mg	Túrós-szilvás pite ^{1,3,7} , Húsleves csirke ^{1,8} E: 342,82kcal Tel.zsír.: 2,43g CH: 42,25g Só: 0,25g Zsír: 11,56g Feh.: 16,93g Cuk: 5,29g Ca: 40,00mg
Uzsonna	Tejes kifli ^{1,3,7} , Sonkakrém ⁷ , Kígyóuborka, Tej fél adag ⁷ E: 169,33kcal Tel.zsír.: 3,16g CH: 17,17g Só: 0,58g Zsír: 7,53g Feh.: 8,24g Cuk: 0,78g Ca: 122,00mg	Tej ⁷ , Banános zabkása ^{1,7} E: 296,02kcal Tel.zsír.: 4,45g CH: 39,62g Só: 0,33g Zsír: 9,30g Feh.: 13,06g Cuk: 4,00g Ca: 324,00mg	Tej fél adag ⁷ , Tökmagos pogácsa házi ^{1,3,7} E: 374,49kcal Tel.zsír.: 6,69g CH: 37,36g Só: 0,41g Zsír: 18,17g Feh.: 13,37g Cuk: g Ca: 228,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Újhagymás túrókrém(Lotti) ⁷ , Tej fél adag ⁷ E: 202,76kcal Tel.zsír.: 2,11g CH: 25,75g Só: 0,73g Zsír: 5,84g Feh.: 10,57g Cuk: g Ca: 141,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ , Házi húskrém ⁷ E: 261,43kcal Tel.zsír.: 2,95g CH: 27,30g Só: 0,96g Zsír: 12,32g Feh.: 10,42g Cuk: 0,61g 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