

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. május 27 - 2024. május 31

Étkezés	2024.05.27 Hétfő	2024.05.28 Kedd	2024.05.29 Szerda	2024.05.30 Csütörtök	2024.05.31 Péntek
Reggeli	Kakaó neskakaóból ⁷ , Fatörzs stangli E: 118,49kcal Tel.zsír.: 2,58g CH: 12,04g Só: 0,24g Zsír: 5,01g Feh.: 6,20g Cuk.: 9,01g Ca: 204,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , Kápia paprika, Tej ⁷ E: 236,54kcal Tel.zsír.: 2,58g CH: 31,45g Só: 1,10g Zsír: 9,10g Feh.: 10,26g Cuk.: 9,62g Ca: 204,00mg	Tavaszi felvágott ⁶ , TV paprika, Tea friss citrommal és cukorral, Korpás kifli liga margarinnal ^{1,3,7} E: 154,07kcal Tel.zsír.: 1,95g CH: 18,54g Só: 0,74g Zsír: 6,42g Feh.: 4,98g Cuk.: 6,54g Ca: mg	Újhagymás túrókrém (Lotti) ⁷ , Kaliforniai paprika, Tea, Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 176,43kcal Tel.zsír.: 0,32g CH: 30,10g Só: 0,74g Zsír: 2,58g Feh.: 7,73g Cuk.: 5,92g Ca: 21,00mg	Tejes kifli ^{1,3,7} , Sárgarépás tojáskrém ^{3,7,10} , Tej ⁷ , Paradicsom E: 260,99kcal Tel.zsír.: 4,02g CH: 22,30g Só: 0,56g Zsír: 9,60g Feh.: 9,30g Cuk.: 10,69g Ca: 204,00mg
Tízórai	Almalé 100 % E: 92,00kcal Tel.zsír.: g CH: 22,60g Só: 0,01g Zsír: 0,20g Feh.: g Cuk.: g Ca: mg	Tea virágmézzel E: 16,11kcal Tel.zsír.: g CH: 4,28g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,03g Cuk.: 0,04g Ca: mg	limonádé citromból E: 34,26kcal Tel.zsír.: g CH: 7,45g Só: 0,00g Zsír: 0,12g Feh.: 0,08g Cuk.: 7,45g 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.: 0,23g Ca: mg	limonádé E: 21,92kcal Tel.zsír.: g CH: 5,31g Só: g Zsír: 0,02g Feh.: 0,02g Cuk.: 5,09g Ca: mg
Ebéd	Banán, Zöldséges pulyka tokány ^{1,7} , Főtt bulgur ¹ E: 356,88kcal Tel.zsír.: 0,68g CH: 57,33g Só: 0,27g Zsír: 6,23g Feh.: 19,43g Cuk.: 24,06g Ca: mg	Szőlő, Kelkáposzta főzelék ¹ , Natúr sertésszelet ¹ E: 343,98kcal Tel.zsír.: 0,83g CH: 34,19g Só: 0,16g Zsír: 17,27g Feh.: 12,57g Cuk.: 19,02g Ca: mg	Banán fél adag, Halas tejfölös tészta ^{#1,4,7} E: 373,53kcal Tel.zsír.: 1,69g CH: 56,42g Só: 0,21g Zsír: 8,30g Feh.: 18,17g Cuk.: 12,13g Ca: 20,00mg	Alma fél adag, Parajfőzelék ^{1,7} , Főtt burgonya parajhoz, Stefánia - vagdalt ^{1,3} E: 413,52kcal Tel.zsír.: 1,28g CH: 43,73g Só: 0,41g Zsír: 14,61g Feh.: 15,52g Cuk.: 7,48g Ca: 48,00mg	Palóclevés ^{1,7} , Alma fél adag, Kakaós palacsinta ^{1,3,7} E: 428,05kcal Tel.zsír.: 2,55g CH: 46,03g Só: 0,40g Zsír: 19,26g Feh.: 14,75g Cuk.: 10,71g Ca: 75,00mg
Uzsonna	vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Paradicsom, Tej ⁷ , Hentes sertésmájás E: 243,15kcal Tel.zsír.: 3,84g CH: 29,25g Só: 1,27g Zsír: 8,41g Feh.: 11,86g Cuk.: 9,49g Ca: 204,00mg	Pulykamell sonka, Kígyóuborka, Tej ⁷ , Kukoricás kenyér margarinnal ^{1,7} E: 256,00kcal Tel.zsír.: 2,91g CH: 32,42g Só: 0,92g Zsír: 8,00g Feh.: 12,56g Cuk.: 9,94g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Diós sajtkrém (Ammerlander) ^{7,8} , Paradicsom, Tea virágmézzel E: 257,59kcal Tel.zsír.: 5,36g CH: 25,09g Só: 1,10g Zsír: 12,53g Feh.: 10,25g Cuk.: 1,20g Ca: 160,00mg	Tea, Darafelfűjt ^{1,3,7} E: 349,12kcal Tel.zsír.: 4,02g CH: 44,40g Só: 0,22g Zsír: 11,72g Feh.: 8,44g Cuk.: 17,01g Ca: 156,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Kígyóuborka, Tej fél adag ⁷ , Kockasajt (Lotti) ⁷ E: 228,51kcal Tel.zsír.: 5,56g CH: 25,17g Só: 1,28g Zsír: 8,90g Feh.: 10,62g Cuk.: 7,33g Ca: 220,00mg

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. Élesztőgomba 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. Kenyér és 13. Csokoládé 14. Csillagfürt