

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. július 8 - 2024. július 12

Étkezés	2024.07.08 Hétfő	2024.07.09 Kedd	2024.07.10 Szerda	2024.07.11 Csütörtök	2024.07.12 Péntek
Reggeli	Vajas-mézes kenyér ^{1,6,7} , Tej ⁷ E: 251,92kcal Tel.zsír.: 3,53g CH: 34,08g Só: 1,00g Zsír: 8,66g Feh.: 9,77g Cuk.: 9,64g Ca: 204,00mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Párizsi (Familia) ⁶ , TV paprika, Liga margarin, Tej fél adag ⁷ E: 240,30kcal Tel.zsír.: 2,75g CH: 24,77g Só: 1,40g Zsír: 11,10g Feh.: 9,47g Cuk.: 5,81g Ca: 120,00mg	Nosztaigia buci ^{1,3,7} , Tömlős sajtkrém ⁷ , Paradicsom, Tej ⁷ E: 308,53kcal Tel.zsír.: 5,80g CH: 36,91g Só: 0,75g Zsír: 11,38g Feh.: 14,10g Cuk.: 10,93g Ca: 204,00mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Teavaj Lotti ⁷ , Tej fél adag ⁷ , Csemege uborka E: 243,16kcal Tel.zsír.: 5,39g CH: 27,57g Só: 2,12g Zsír: 11,25g Feh.: 7,69g Cuk.: 7,26g Ca: 120,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Sárgarépa tojáskrém ^{3,7,10} , Tej ⁷ E: 308,22kcal Tel.zsír.: 4,03g CH: 29,30g Só: 0,84g Zsír: 10,50g Feh.: 10,94g Cuk.: 10,44g Ca: 204,00mg
Tízórai	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 citromból E: 34,26kcal Tel.zsír.: g CH: 7,45g Só: 0,00g Zsír: 0,12g Feh.: 0,08g Cuk.: 7,45g 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	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	Narancs-citrom turmix E: 47,40kcal Tel.zsír.: g CH: 11,07g Só: 0,00g Zsír: 0,08g Feh.: 0,10g Cuk.: 11,07g Ca: mg
Ebéd	Főtt hús, sertéscomb, Gyümölcsmártás ^{1,7} , Pirított dara ¹ E: 420,03kcal Tel.zsír.: 1,46g CH: 52,81g Só: 1,10g Zsír: 16,50g Feh.: 14,25g Cuk.: 13,14g Ca: 20,00mg	Sárgadinnye, Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Főtt tojás feltétként ³ E: 336,22kcal Tel.zsír.: 0,96g CH: 46,04g Só: 0,09g Zsír: 4,19g Feh.: 15,05g Cuk.: 15,81g Ca: 48,00mg	CsereSZnye, Rakott káposzta bulgurral ^{1,7} E: 362,71kcal Tel.zsír.: 1,67g CH: 47,88g Só: 1,00g Zsír: 13,89g Feh.: 13,02g Cuk.: 17,26g Ca: 20,00mg	Alma, Karfiol főzelék ^{1,7} , Natúr sertésszelet ¹ E: 364,41kcal Tel.zsír.: 2,51g CH: 28,43g Só: 0,17g Zsír: 21,48g Feh.: 14,56g Cuk.: 13,82g Ca: 44,00mg	Kassai burgonyaleves pulyka ^{1,6,7,10} , Meggyes - diós kevert ^{1,3,7,8} E: 386,21kcal Tel.zsír.: 3,16g CH: 53,21g Só: 0,19g Zsír: 12,25g Feh.: 13,08g Cuk.: 15,85g Ca: 39,00mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Natúr vajkrém (Tolle) ⁷ , Kápia paprika, Tej ⁷ E: 252,56kcal Tel.zsír.: 2,86g CH: 29,49g Só: 0,79g Zsír: 9,88g Feh.: 10,03g Cuk.: 9,53g Ca: 204,00mg	Shrek pogácsa házi ^{1,3,7} , Tea virágmézzel E: 311,84kcal Tel.zsír.: 6,10g CH: 29,63g Só: 0,32g Zsír: 16,66g Feh.: 8,79g Cuk.: 2,27g Ca: 112,00mg	Korpás kifli ^{1,3,7} , Zala felvágott krém ^{6,7} , Kígyóuborka, Tej fél adag ⁷ E: 185,54kcal Tel.zsír.: 3,38g CH: 17,89g Só: 0,74g Zsír: 9,08g Feh.: 8,08g Cuk.: 6,73g Ca: 120,00mg	Gyümölcsjoghurt házi őszibarack ⁷ , Tea friss citrommal és cukorral, Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 273,89kcal Tel.zsír.: 2,93g CH: 44,11g Só: 1,18g Zsír: 6,06g Feh.: 9,56g Cuk.: 22,28g Ca: 180,00mg	Tejes kifli ^{1,3,7} , Kapros túrókrém sós(Lotti) ⁷ , Jégsaláta, Tej fél adag ⁷ E: 149,86kcal Tel.zsír.: 2,10g CH: 17,66g Só: 0,44g Zsír: 4,89g Feh.: 8,66g Cuk.: 6,29g Ca: 141,00mg

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