

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. július 29 - 2024. augusztus 3

Étkezés	2024.07.29 Hétfő	2024.07.30 Kedd	2024.07.31 Szerda	2024.08.01 Csütörtök	2024.08.02 Péntek	2024.08.03 Szombat
Reggeli	Kalács ^{1,3,7} , Karamellás tej ⁷ E: 249,69kcal Zsír: 7,84g Tel.zsír.: 2,58g Feh.: 10,30g CH: 33,53g Cuk.: 14,01g Só: 0,19g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Zöldfűszeres túrókrém(Lotti) ⁷ , Paradicsom, Tea E: 192,79kcal Zsír: 3,23g Tel.zsír.: 0,62g Feh.: 8,79g CH: 32,02g Cuk.: 5,82g Só: 0,65g Ca: 21,00mg	Vágott zsemle ¹ , Tavaszi felvágott ⁸ , Liga margarin, Kápia paprika, Tej ⁷ E: 265,12kcal Zsír: 12,13g Tel.zsír.: 4,83g Feh.: 10,96g CH: 27,69g Cuk.: 9,80g Só: 1,10g Ca: 204,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , TV paprika, Teavaj Lotti ⁷ , Tej ⁷ , Trappista sajt reggelihez (Ammerlander) ⁷ E: 322,42kcal Zsír: 16,71g Tel.zsír.: 8,52g Feh.: 12,55g CH: 29,02g Cuk.: 9,74g Só: 1,04g Ca: 284,00mg	Magvas zsemle ^{1,3,7} , Sajtkrém házi (Ammerlander) ^{7,8} , Tej ⁷ , Paradicsom E: 287,18kcal Zsír: 16,17g Tel.zsír.: 7,11g Feh.: 14,30g CH: 21,41g Cuk.: 9,35g Só: 0,69g Ca: 364,00mg	Tejbedara fahéjas szórattal ¹ , Tea E: 282,46kcal Zsír: 5,88g Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 9,27g CH: 47,72g Cuk.: 17,53g Só: 0,23g Ca: 240,00mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34,26kcal Zsír: 0,12g Tel.zsír.: g Feh.: 0,08g CH: 7,45g Cuk.: 7,45g Só: 0,00g Ca: mg	Almalé 100 % E: 92,00kcal Zsír: 0,20g Tel.zsír.: g Feh.: g CH: 22,60g Cuk.: g Só: 0,01g Ca: mg	Narancs-citrom turmix E: 47,40kcal Zsír: 0,08g Tel.zsír.: g Feh.: 0,10g CH: 11,07g Cuk.: 11,07g Só: 0,00g Ca: mg	limonádé citromból E: 34,26kcal Zsír: 0,12g Tel.zsír.: g Feh.: 0,08g CH: 7,45g Cuk.: 7,45g Só: 0,00g Ca: mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23,16kcal Zsír: 0,06g Tel.zsír.: g Feh.: 0,04g CH: 5,23g Cuk.: 5,23g Só: 0,00g Ca: mg	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18,26kcal Zsír: 0,06g Tel.zsír.: g Feh.: 0,06g CH: 4,35g Cuk.: 0,23g Só: 0,00g Ca: mg
Ebéd	Körte, Sertés apró, Finomfőzelék ^{1,7} E: 334,87kcal Zsír: 15,87g Tel.zsír.: 0,89g Feh.: 13,69g CH: 33,92g Cuk.: 16,26g Só: 0,30g Ca: 24,00mg	Sárgabarack, Csőben sült brokkoli sertés ^{1,3,7,8} E: 397,92kcal Zsír: 22,06g Tel.zsír.: 5,45g Feh.: 17,93g CH: 24,66g Cuk.: 13,72g Só: 0,54g Ca: 179,00mg	Sárgadinnye, Hamis vesevelő ⁹ , Főtt rizs E: 371,65kcal Zsír: 9,80g Tel.zsír.: 1,15g Feh.: 7,90g CH: 44,79g Cuk.: 12,91g Só: 0,05g Ca: mg	Almamártás ^{#1,7} , Pirított dar ¹ , Natúr csirkemell E: 334,97kcal Zsír: 6,89g Tel.zsír.: 1,38g Feh.: 15,74g CH: 51,50g Cuk.: 15,10g Só: 1,07g Ca: 15,00mg	Banán, Tökfőzelék ^{1,7} , Csirkepörkölt E: 278,16kcal Zsír: 6,93g Tel.zsír.: 1,69g Feh.: 13,84g CH: 39,42g Cuk.: 23,90g Só: 0,17g Ca: 20,00mg	Alma, Piritott csirkemáj, Majorannás burgonyafőzelék ^{1,7} E: 305,60kcal Zsír: 10,72g Tel.zsír.: 1,95g Feh.: 14,73g CH: 36,63g Cuk.: 7,18g Só: 0,05g Ca: 20,00mg
Uzsonna	Félbarna kenyér liga margarinnal ^{1,6} , Alma, Trappista sajt feltétként (Ammerlander) ⁷ , Tej fél adag ⁷ E: 293,30kcal Zsír: 12,14g Tel.zsír.: 5,91g Feh.: 13,23g CH: 32,23g Cuk.: 11,92g Só: 1,46g Ca: 280,00mg	Kemencés kenyér ¹ , Tonhalkrém tejföllel ^{7,10} , Kígyóborka, Tej ⁷ E: 214,75kcal Zsír: 5,84g Tel.zsír.: 3,01g Feh.: 10,11g CH: 30,02g Cuk.: 10,10g Só: 1,01g Ca: 209,00mg	Tej ⁷ , Diós kevert házi ^{1,3,7,8} E: 218,63kcal Zsír: 9,11g Tel.zsír.: 3,91g Feh.: 8,31g CH: 22,16g Cuk.: 18,02g Só: 0,23g Ca: 216,00mg	Zöldség felfújt ^{1,3,7,8} , Tej ⁷ E: 240,96kcal Zsír: 8,96g Tel.zsír.: 4,17g Feh.: 10,32g CH: 24,42g Cuk.: 12,67g Só: 0,34g Ca: 224,00mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Zala felvágott(Familia) ⁶ , Liga margarin, Jégsaláta, Tej fél adag ⁷ E: 242,80kcal Zsír: 11,38g Tel.zsír.: 4,21g Feh.: 9,97g CH: 24,25g Cuk.: 5,81g Só: 1,44g Ca: 120,00mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Uborkás vajkrém ^{7,8} , Kaliforniai paprika, Tej ⁷ E: 254,41kcal Zsír: 9,91g Tel.zsír.: 2,87g Feh.: 10,08g CH: 29,87g Cuk.: 9,78g Só: 0,80g Ca: 204,00mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Étellemezésvezető

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt