

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. szeptember 23 - 2024. szeptember 27

Étkezés	2024.09.23 Hétfő	2024.09.24 Kedd	2024.09.25 Szerda	2024.09.26 Csütörtök	2024.09.27 Péntek
Reggeli	Kalács Nesquick kakaó^{1,3,7} E: 263,59kcal Tel.zsír.: 4,32g CH: 34,95g Só: 0,61g Zsír: 8,97g Feh.: 10,50g Cuk.: 12,06g Ca: 215,96mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Teavaj Lotti⁷, TV paprika, Tej⁷ E: 285,22kcal Tel.zsír.: 6,73g CH: 28,86g Só: 0,80g Zsír: 13,90g Feh.: 9,78g Cuk.: 9,58g Ca: 208,90mg	Magvas zsemle^{1,3,7}, Túrókrém(Lotti)⁷, Kígyóuborka, Tejeskávé pótkávéból⁷ E: 262,83kcal Tel.zsír.: 2,92g CH: 31,50g Só: 0,71g Zsír: 9,44g Feh.: 13,07g Cuk.: 16,49g Ca: 233,26mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Zala felvágott (Familia)⁶, Liga margarin, Paradicsom, Tej⁷ E: 300,15kcal Tel.zsír.: 5,46g CH: 29,16g Só: 1,36g Zsír: 14,06g Feh.: 12,83g Cuk.: 9,56g Ca: 211,72mg	Korpás kenyér^{1,3,7}, Kígyóuborka, Tej⁷, Hentes sertésmájás E: 227,32kcal Tel.zsír.: 3,76g CH: 25,60g Só: 1,22g Zsír: 8,42g Feh.: 11,59g Cuk.: 9,71g Ca: 206,40mg
Tízórai	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: 5,84mg	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: 1,40mg	limonádé E: 21,92kcal Tel.zsír.: g CH: 5,31g Só: g Zsír: 0,02g Feh.: 0,02g Cuk.: 5,09g Ca: 0,47mg	Tea E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g Cuk.: 5,04g Ca: 0,25mg	limonádé citromból E: 34,26kcal Tel.zsír.: g CH: 7,45g Só: 0,00g Zsír: 0,12g Feh.: 0,08g Cuk.: 7,45g Ca: 2,84mg
Ebéd	Körte, Paradicsomos húsgombóc^{1,3,9}, Főtt burgonya mártáshoz E: 360,79kcal Tel.zsír.: 0,41g CH: 49,61g Só: 0,40g Zsír: 11,67g Feh.: 11,27g Cuk.: 15,02g Ca: 49,23mg	Alma, Brokkoli főzelék^{1,7}, Sertéspörkölt E: 320,89kcal Tel.zsír.: 1,98g CH: 22,52g Só: 0,16g Zsír: 19,08g Feh.: 14,88g Cuk.: 7,79g Ca: 197,93mg	Banán, Kelkáposzta főzelék¹, Stefánia - vagdalt^{1,3} E: 423,01kcal Tel.zsír.: 0,91g CH: 46,49g Só: 0,42g Zsír: 15,23g Feh.: 13,91g Cuk.: 25,98g Ca: 165,53mg	Szőlő, Csőben sült karfiol csirke^{1,3,7,8} E: 371,35kcal Tel.zsír.: 5,51g CH: 33,26g Só: 0,51g Zsír: 15,11g Feh.: 18,40g Cuk.: 24,70g Ca: 249,62mg	Csirkés zöldségleves tészta nélkül¹, Meggyes piskóta kocka^{1,3,7} E: 394,63kcal Tel.zsír.: 2,15g CH: 42,38g Só: 0,76g Zsír: 17,00g Feh.: 10,78g Cuk.: 13,24g Ca: 74,82mg
Uzsonna	Pék kifli, Magyaros vajkrém(Tolle)³, Kápia paprika, Tej⁷ E: 133,19kcal Tel.zsír.: 2,58g CH: 10,53g Só: 0,30g Zsír: 8,70g Feh.: 6,31g Cuk.: 9,01g Ca: 204,00mg	Gyümölcsjoghurt házi meggy-szilva⁷, Félbarna kenyér^{1,6}, Tea virágmézzel E: 265,76kcal Tel.zsír.: 2,93g CH: 43,12g Só: 1,26g Zsír: 5,98g Feh.: 9,45g Cuk.: 15,10g Ca: 200,08mg	Erdélyi burgonyás kenyér^{1,12}, Hame tonhalkrém, TV paprika, Tej⁷ E: 249,90kcal Tel.zsír.: 3,20g CH: 28,67g Só: 1,16g Zsír: 10,13g Feh.: 10,39g Cuk.: 9,57g Ca: 206,40mg	Kemencés kenyér¹, Sárgarépás sajtkrém házi^{#7,8}, Kaliforniai paprika, Tea E: 220,35kcal Tel.zsír.: 3,76g CH: 27,67g Só: 1,20g Zsír: 8,28g Feh.: 8,48g Cuk.: 6,55g Ca: 125,95mg	Német zsemle¹, Tej fél adag⁷, Hónapos retek, Kockasajt(Medve)⁷ E: 278,57kcal Tel.zsír.: 5,37g CH: 34,60g Só: 1,98g Zsír: 8,50g Feh.: 15,14g Cuk.: 15,97g Ca: 408,00mg

Allergének:
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákkfélek 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-mag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető