

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. október 7 - 2024. október 11

Étkezés	2024.10.07 Hétfő	2024.10.08 Kedd	2024.10.09 Szerda	2024.10.10 Csütörtök	2024.10.11 Péntek
Reggeli	Tejbedara kakaó szóráttal^{1,7}, Tea friss citrommal és virágmézzel E: 282,58kcal Tel.zsír.: 3,23g CH: 46,68g Só: 0,23g Zsír: 6,25g Feh.: 9,58g Cuk.: 23,32g Ca: 247,99mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Tojáskrém^{3,7,10}, Kápia paprika, Tej fél adag⁷ E: 261,84kcal Tel.zsír.: 2,77g CH: 25,86g Só: 0,73g Zsír: 7,86g Feh.: 8,71g Cuk.: 5,91g Ca: 131,76mg	Francia bagett^{1,7}, Gépsonka (Pick), Teavaj Lotti⁷, Tej⁷, Jégsláta E: 367,86kcal Tel.zsír.: 7,29g CH: 41,14g Só: 1,42g Zsír: 15,08g Feh.: 16,34g Cuk.: 11,21g Ca: 211,39mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Főtt virsl⁶, Ketchup, Tea E: 287,88kcal Tel.zsír.: 0,28g CH: 29,27g Só: 2,53g Zsír: 13,17g Feh.: 11,65g Cuk.: 10,36g Ca: 18,09mg	Erdélyi burgonyás kenyér^{1,12}, Magyaros vajkrém(Tolle)³, TV paprika, Tej fél adag⁷ E: 184,36kcal Tel.zsír.: 1,61g CH: 25,14g Só: 0,98g Zsír: 7,16g Feh.: 7,33g Cuk.: 5,78g Ca: 122,40mg
Tízórai	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	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
Ebéd	Alma, Vadas sertés tésztával^{1,7,10} E: 441,15kcal Tel.zsír.: 1,38g CH: 56,27g Só: 0,43g Zsír: 16,03g Feh.: 17,12g Cuk.: 17,85g Ca: 96,32mg	Szőlő, Majorannás burgonyafőzelék^{1,7}, Vagdalt csirkéből^{1,3} E: 351,84kcal Tel.zsír.: 2,00g CH: 49,08g Só: 0,19g Zsír: 9,44g Feh.: 13,30g Cuk.: 17,14g Ca: 72,71mg	Banán, Csőben sült brokkoli csirke^{1,3,7,8} E: 389,54kcal Tel.zsír.: 5,45g CH: 37,31g Só: 0,56g Zsír: 14,68g Feh.: 20,10g Cuk.: 26,32g Ca: 413,79mg	Alma, Finomfőzelék^{1,7}, Tojáspörkölt^{1,3,7} E: 384,85kcal Tel.zsír.: 2,22g CH: 31,85g Só: 0,26g Zsír: 12,00g Feh.: 10,09g Cuk.: 13,53g Ca: 145,16mg	Paradicsomleves tésztával^{1,3,9}, Banán fél adag, Túrógombóc tejfőllel^{1,3,7} E: 506,91kcal Tel.zsír.: 2,26g CH: 70,05g Só: 0,50g Zsír: 13,39g Feh.: 20,93g Cuk.: 18,91g Ca: 159,52mg
Uzsonna	Pék kifli, Kígyóuborka, Tejeskávé pótkávéból⁷, Kockasajt(Medve)⁷ E: 322,94kcal Tel.zsír.: 6,65g CH: 42,71g Só: 1,36g Zsír: 10,57g Feh.: 13,87g Cuk.: 19,08g Ca: 308,26mg	Tej⁷, Répatorta^{1,3,6,7} E: 299,04kcal Tel.zsír.: 3,64g CH: 34,05g Só: 0,42g Zsír: 11,95g Feh.: 9,13g Cuk.: 16,04g Ca: 228,71mg	Egyenes kifli^{1,7}, Fokhagymás petrezselymes vajkrém, Tea, Paradicsom E: 146,24kcal Tel.zsír.: 0,21g CH: 23,82g Só: 0,57g Zsír: 3,87g Feh.: 3,66g Cuk.: 6,21g Ca: 3,05mg	Félbarna kenyér^{1,6}, Húskrém pulykamellből⁷, TV paprika, Tej⁷ E: 265,48kcal Tel.zsír.: 3,53g CH: 31,27g Só: 1,02g Zsír: 8,94g Feh.: 14,97g Cuk.: 10,04g Ca: 217,98mg	Német zsemle¹, Házi csirkemájkrém^{7,10}, Kígyóuborka, Tea E: 194,16kcal Tel.zsír.: 1,48g CH: 26,97g Só: 0,79g Zsír: 4,95g Feh.: 9,90g Cuk.: 6,34g Ca: 12,03mg

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