

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. október 28 - 2024. november 1

Étkezés	2024.10.28 Hétfő	2024.10.29 Kedd	2024.10.30 Szerda	2024.10.31 Csütörtök	2024.11.01 Péntek
Reggeli	Kalács _{1,3,7} , Liga margarin, Tej ₇ E: 267,74kcal Tel.zsír.: 3,72g CH: 28,56g Só: 0,26g Zsír: 12,04g Feh.: 10,31g Cuk.: 9,04g Ca: 204,84mg	Vágott zsemle ₁ , Sárgarépás tojáskrém _{3,7,10} , Kígyóborka, Tej ₇ E: 285,77kcal Tel.zsír.: 3,75g CH: 27,47g Só: 0,72g Zsír: 9,64g Feh.: 10,20g Cuk.: 10,79g Ca: 229,21mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Sonkakrém ₇ , Paradicsom, Tej fél adag ₇ E: 220,20kcal Tel.zsír.: 3,12g CH: 25,47g Só: 0,84g Zsír: 8,35g Feh.: 9,67g Cuk.: 5,93g Ca: 127,89mg	Magvas zsemle _{1,3,7} , Teavaj Lotti ₇ , TV paprika, Tej ₇ , Trappista sajt reggelihez(Ammerlander) ₇ E: 291,21kcal Tel.zsír.: 8,24g CH: 21,07g Só: 0,44g Zsír: 17,88g Feh.: 11,58g Cuk.: 9,22g Ca: 288,90mg	Nosztalgia kifli _{1,3,7} , Tej ₇ , Paradicsom, Kockasajt (Medve) ₇ E: 304,64kcal Tel.zsír.: 7,50g CH: 32,61g Só: 1,23g Zsír: 13,04g Feh.: 13,72g Cuk.: 11,93g Ca: 306,80mg
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: 1,40mg	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 E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g Cuk.: 5,04g Ca: 0,25mg	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	Banán, Tökfőzelék _{1,7} , Sertéspörkölt E: 337,55kcal Tel.zsír.: 1,52g CH: 39,35g Só: 0,19g Zsír: 14,62g Feh.: 11,58g Cuk.: 23,90g Ca: 160,05mg	Alma, Hawaii csirkemell _{1,3,7,9} , Főtt rizs E: 324,92kcal Tel.zsír.: 0,62g CH: 49,67g Só: 0,07g Zsír: 6,31g Feh.: 16,27g Cuk.: 9,71g Ca: 18,51mg	Banán, Zöldbabfőzelék _{1,7} , Sertéspörkölt E: 358,56kcal Tel.zsír.: 1,58g CH: 40,50g Só: 0,15g Zsír: 15,42g Feh.: 13,89g Cuk.: 24,05g Ca: 177,84mg	Alma fél adag, Rántott csirke szelet tepsiben _{1,3} , Tört burgonya E: 437,32kcal Tel.zsír.: 1,42g CH: 54,59g Só: 0,46g Zsír: 12,91g Feh.: 17,45g Cuk.: 2,84g Ca: 33,94mg	Májgombóclevés _{1,3} , Alma, Piskótatorta 2. meggyes _{1,3,6,7} E: 319,83kcal Tel.zsír.: 2,31g CH: 44,89g Só: 0,35g Zsír: 8,18g Feh.: 14,01g Cuk.: 16,37g Ca: 120,00mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Csirkemell sonka ₆ , Liga margarin, Kígyóborka, Tej ₇ E: 274,63kcal Tel.zsír.: 4,11g CH: 29,91g Só: 1,33g Zsír: 10,34g Feh.: 14,11g Cuk.: 9,83g Ca: 210,77mg	Tea, Tökmagos pogácsa ház _{1,3,7} E: 335,64kcal Tel.zsír.: 5,33g CH: 36,90g Só: 0,30g Zsír: 15,65g Feh.: 9,78g Cuk.: 6,16g Ca: 113,13mg	Egyenes kifli _{1,7} , Natúr vajkrém(Tolle) ₇ , Kápia paprika, Tejeskávé pótkávéból ₇ E: 275,55kcal Tel.zsír.: 2,82g CH: 37,43g Só: 0,77g Zsír: 9,43g Feh.: 9,68g Cuk.: 17,17g Ca: 207,11mg	Félbarna kenyér _{1,6} , Tonhalkrém tejföllel _{7,10} , Kígyóborka, Tea E: 133,56kcal Tel.zsír.: 0,31g CH: 26,68g Só: 0,82g Zsír: 1,01g Feh.: 4,29g Cuk.: 6,14g Ca: 16,15mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Körözött ₇ , Tej ₇ , Jégcsapretek E: 253,73kcal Tel.zsír.: 3,49g CH: 30,08g Só: 0,82g Zsír: 8,37g Feh.: 13,27g Cuk.: 10,11g Ca: 236,24mg

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