

Bölcsődei étlap

Étlap

2024. november 11 - 2024. november 15

Étkezés	2024.11.11 Hétfő	2024.11.12 Kedd	2024.11.13 Szerda	2024.11.14 Csütörtök	2024.11.15 Péntek
Reggeli	Vajas-mézes kenyér ^{1,6,7} , Flora Gold margarin, Tejeskávé pótkávéból ⁷ E: 293,23kcal Tel.zsír.: 3,51g CH: 43,90g Só: 1,01g Zsír: 8,78g Feh.: 9,96g Cuk.: 16,64g Ca: 213,86mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Fokhagymás petrezselymes vajkrém (Tolle), Tea, Jégcsapretek E: 139,88kcal Tel.zsír.: 0,01g CH: 22,31g Só: 0,72g Zsír: 3,79g Feh.: 3,75g Cuk.: 5,47g Ca: 5,65mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ , Hentes sertésmájás E: 207,97kcal Tel.zsír.: 2,70g CH: 27,26g Só: 1,24g Zsír: 6,44g Feh.: 9,95g Cuk.: 5,91g Ca: 130,80mg	Kemencés kenyér ¹ , Főtt tojás ³ , Flora Gold margarin, Tej ⁷ , Sörretek E: 377,23kcal Tel.zsír.: 4,08g CH: 29,59g Só: 1,00g Zsír: 11,19g Feh.: 12,56g Cuk.: 9,64g Ca: 225,52mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Jégсалáta, Tea, Kockasajt(Medve) ⁷ E: 187,41kcal Tel.zsír.: 4,04g CH: 24,75g Só: 1,16g Zsír: 6,09g Feh.: 7,07g Cuk.: 6,80g Ca: 100,26mg
Tízórai	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	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 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	Almalé 100 % E: 92,00kcal Tel.zsír.: g CH: 22,60g Só: 0,01g Zsír: 0,20g Feh.: g Cuk.: g Ca: mg
Ebéd	Narancs, Rizseshús pulykahúsból, Uborkasaláta E: 291,20kcal Tel.zsír.: 0,57g CH: 44,61g Só: 0,12g Zsír: 5,75g Feh.: 13,90g Cuk.: 12,62g Ca: 54,54mg	Mandarin, Zellerfőzelék ^{1,7} , Natúr sertésszelet ¹ E: 298,21kcal Tel.zsír.: 1,58g CH: 26,50g Só: 0,39g Zsír: 15,64g Feh.: 11,78g Cuk.: 9,73g Ca: 150,24mg	Alma, Rakott káposzta bulgurral ^{1,7} E: 332,64kcal Tel.zsír.: 1,67g CH: 40,95g Só: 0,99g Zsír: 13,95g Feh.: 12,63g Cuk.: 10,33g Ca: 98,24mg	Körte, Almás tökfőzelék ^{1,7} , Piritott csirkemáj E: 233,56kcal Tel.zsír.: 1,31g CH: 29,77g Só: 0,08g Zsír: 6,36g Feh.: 13,92g Cuk.: 12,66g Ca: 71,49mg	Alföldi gulyásleves sertés, Kiwi, Diós kevert házi ^{1,3,7,8} E: 349,54kcal Tel.zsír.: 1,69g CH: 35,51g Só: 0,25g Zsír: 15,76g Feh.: 10,94g Cuk.: 24,43g Ca: 112,63mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Almás sajtkrém ⁷ , Tej ⁷ E: 317,11kcal Tel.zsír.: 7,39g CH: 29,19g Só: 1,29g Zsír: 15,00g Feh.: 15,10g Cuk.: 10,50g Ca: 365,55mg	Tej ⁷ , Shrek pogácsa házi ^{1,3,7} E: 396,83kcal Tel.zsír.: 8,68g CH: 34,18g Só: 0,51g Zsír: 21,39g Feh.: 14,49g Cuk.: 11,23g Ca: 352,45mg	Francia bagett ^{1,7} , Zala felvágott hentes ⁶ , Kígyóuborka, Flora Gold margarin, Tej fél adag ⁷ E: 297,79kcal Tel.zsír.: 4,25g CH: 37,82g Só: 1,57g Zsír: 10,82g Feh.: 12,19g Cuk.: 7,85g Ca: 126,48mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , TV paprika, Tej ⁷ , Párizsi krém ^{6,7} E: 260,18kcal Tel.zsír.: 4,61g CH: 28,65g Só: 1,19g Zsír: 11,12g Feh.: 10,81g Cuk.: 9,57g Ca: 209,45mg	Kapros túrókrém sós ⁷ , Kápia paprika, Tej ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 256,34kcal Tel.zsír.: 2,89g CH: 33,54g Só: 0,93g Zsír: 7,30g Feh.: 13,51g Cuk.: 9,89g Ca: 225,00mg

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. Csillagfürt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető