

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. január 20 - 2025. január 24

Étkezés	2025.01.20 Hétfő	2025.01.21 Kedd	2025.01.22 Szerda	2025.01.23 Csütörtök	2025.01.24 Péntek
Reggeli	Vajas-mézes kenyér ^{1,6,7} , Kakaó neskakaó ból E: 234,84kcal Tel.zsír.: 2,58g CH: 36,82g Só: 1,04g Zsír: 5,30g Feh.: 10,12g Cuk.: 9,62g Ca: 223,41mg	Csirkemell szelet ⁶ , Liga margarin, Paradicsom, Tej ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 275,60kcal Tel.zsír.: 4,08g CH: 32,73g Só: 1,43g Zsír: 10,45g Feh.: 12,47g Cuk.: 9,80g Ca: 211,17mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Teavaj (Lotti) ⁷ , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 284,13kcal Tel.zsír.: 6,74g CH: 28,79g Só: 0,80g Zsír: 13,86g Feh.: 9,76g Cuk.: 9,58g Ca: 211,90mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Főtt virsl ⁶ , Ketchup, Tea friss citrommal és cukorral E: 302,51kcal Tel.zsír.: 5,28g CH: 32,99g Só: 2,37g Zsír: 13,74g Feh.: 11,61g Cuk.: 10,93g Ca: 27,27mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Hame tonhalkrém, Tej ⁷ , Lilahagyma E: 253,90kcal Tel.zsír.: 3,20g CH: 29,73g Só: 1,17g Zsír: 10,09g Feh.: 10,39g Cuk.: 11,23g Ca: 210,20mg
Tízórai	Tea friss citrommal és cukorral E: 23,16kcal Tel.zsír.: g CH: 5,23g Só: 0,00g Zsír: 0,06g Feh.: 0,04g Cuk.: 5,23g Ca: 1,43mg	Meggy turmix ⁷ E: 147,47kcal Tel.zsír.: 2,28g CH: 21,24g Só: 0,17g Zsír: 4,35g Feh.: 5,34g Cuk.: 17,94g Ca: 189,45mg	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 E: 21,01kcal Tel.zsír.: g CH: 5,15g Só: g Zsír: 0,01g Feh.: 0,01g Cuk.: 5,04g Ca: 0,25mg
Ebéd	Kiwi, Sertésbrassói, Cékla savanyúság ¹⁰ E: 345,69kcal Tel.zsír.: 0,60g CH: 39,19g Só: 1,69g Zsír: 15,37g Feh.: 11,31g Cuk.: 15,04g Ca: 58,17mg	Banán, Paradicsomos káposztafőzelék ¹ , Natúr csirkemell E: 261,29kcal Tel.zsír.: 0,27g CH: 42,83g Só: 0,31g Zsír: 2,93g Feh.: 15,18g Cuk.: 40,92g Ca: 138,00mg	Alma, Majorannás sertéstokány ^{1,7} , Kuszkusz ¹ E: 345,97kcal Tel.zsír.: 1,01g CH: 39,94g Só: 0,10g Zsír: 14,28g Feh.: 13,16g Cuk.: 6,53g Ca: 36,08mg	Tojáslepény sajttal ^{1,3,7} , Mandarin, Zellerfőzelék ^{1,7} E: 348,88kcal Tel.zsír.: 3,86g CH: 28,08g Só: 0,58g Zsír: 10,44g Feh.: 10,56g Cuk.: 10,52g Ca: 258,86mg	Tavaszi zöldségleves sertés, Narancs, Piskótatorta csokis ^{1,3,6,7} E: 254,28kcal Tel.zsír.: 1,50g CH: 30,51g Só: 0,29g Zsír: 10,61g Feh.: 8,23g Cuk.: 16,88g Ca: 116,57mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Sárgarépas tojáskrém ^{3,7,10} , TV paprika, Tej ⁷ E: 312,20kcal Tel.zsír.: 4,03g CH: 29,91g Só: 0,84g Zsír: 10,56g Feh.: 11,18g Cuk.: 10,45g Ca: 223,13mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Kapros túrókrém sós(Lotti) ⁷ , Tea, Sörretek E: 152,40kcal Tel.zsír.: 0,39g CH: 25,31g Só: 0,78g Zsír: 2,37g Feh.: 6,87g Cuk.: 5,74g Ca: 21,25mg	Nosztalgia kifli ^{1,3,7} , Tea, Vaniliás krémtúró (Milli) ⁷ E: 274,83kcal Tel.zsír.: 2,38g CH: 46,18g Só: 0,61g Zsír: 5,27g Feh.: 10,16g Cuk.: 6,72g Ca: 0,25mg	Uborkás tömlős krém# # ⁷ , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 220,32kcal Tel.zsír.: 3,28g CH: 29,97g Só: 0,84g Zsír: 6,63g Feh.: 9,70g Cuk.: 6,21g Ca: 124,67mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Sajtkrém házi (Ammerlander) ^{7,8} , TV paprika, Tej ⁷ E: 317,91kcal Tel.zsír.: 7,39g CH: 29,16g Só: 1,29g Zsír: 15,02g Feh.: 15,31g Cuk.: 9,87g Ca: 367,02mg

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

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető