

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. március 17 - 2025. március 21

Étkezés	2025.03.17 Hétfő	2025.03.18 Kedd	2025.03.19 Szerda	2025.03.20 Csütörtök	2025.03.21 Péntek
Reggeli	Tejbedara fahéjas szóráttal ₁ , Tea E: 282kcal Tel.zsír.: 0g CH: 48g Só: 0,2g Zsír: 6g Feh.: 9g Cuk.: 18g Ca: 251mg	Félbarna kenyér _{1,6} , Teavaj (Lotti) ₇ , TV paprika, Tej ₇ E: 282kcal Tel.zsír.: 6g CH: 31g Só: 1,0g Zsír: 13g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 217mg	Pék kifli _{1,7} , Fokhagymás petrezselymes vajkrém (Tolle), Kápia paprika, Tej fél adag ₇ E: 216kcal Tel.zsír.: 2g CH: 30g Só: 0,7g Zsír: 7g Feh.: 8g Cuk.: 7g Ca: 120mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg _{1,12} , Uborkás tömlős krém# ₇ , Tej ₇ , Sörretek E: 242kcal Tel.zsír.: 4g CH: 30g Só: 1,0g Zsír: 8g Feh.: 11g Cuk.: 10g Ca: 206mg	Tea, Zabkása _{1,7} E: 198kcal Tel.zsír.: 2g CH: 32g Só: 0,1g Zsír: 5g Feh.: 7g Cuk.: 15g Ca: 144mg
Tízórai	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	Almalé 100 % E: 92kcal Tel.zsír.: g CH: 23g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: g Cuk.: g Ca: mg	Banánturmix ₇ E: 139kcal Tel.zsír.: 2g CH: 19g Só: 0,2g Zsír: 4g Feh.: 6g Cuk.: 19g Ca: 219mg
Ebéd	Alma, Sertéspörkölt, Kelbimbó főzelék _{1,7} E: 255kcal Tel.zsír.: 1g CH: 22g Só: 0,1g Zsír: 14g Feh.: 11g Cuk.: 8g Ca: 51mg	Banán, Rakott karfiol pulykahússal# ₇ E: 310kcal Tel.zsír.: 1g CH: 50g Só: 0,1g Zsír: 5g Feh.: 16g Cuk.: 27g Ca: 151mg	Körte, Zöldborsós csirkemáj, Főtt bulgur ₁ , Csemege uborka E: 329kcal Tel.zsír.: 1g CH: 48g Só: 1,2g Zsír: 8g Feh.: 18g Cuk.: 12g Ca: 55mg	Narancs, Almás tökfőzelék _{1,7} , Stefánia - vagdalt _{1,3} E: 329kcal Tel.zsír.: 1g CH: 30g Só: 0,2g Zsír: 13g Feh.: 11g Cuk.: 11g Ca: 112mg	Paradicsomleves tésztával _{1,3,9} , Túrós- meggyes pite _{1,3,7} E: 501kcal Tel.zsír.: 4g CH: 70g Só: 0,4g Zsír: 17g Feh.: 13g Cuk.: 18g Ca: 73mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Liga margarin, Tej ₇ , Savanyú káposzta, Sajtos baromfi párizsi E: 296kcal Tel.zsír.: 6g CH: 29g Só: 1,6g Zsír: 14g Feh.: 12g Cuk.: 11g Ca: 279mg	Korpás kenyér _{1,3,7} , Tökmagos sajtkrém (Ammerlander) _{7,8} , Kígyóuborka, Tea E: 273kcal Tel.zsír.: 5g CH: 22g Só: 1,2g Zsír: 15g Feh.: 12g Cuk.: 6g Ca: 170mg	Paradicsom, Tej ₇ , Kukoricás kenyér _{1,7} , Házi húskrém ₇ E: 313kcal Tel.zsír.: 4g CH: 33g Só: 1,0g Zsír: 14g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 210mg	Erdélyi burgonyás kenyér _{1,12} , Sonkakrém ₇ , póréhagyma, Tej fél adag ₇ E: 207kcal Tel.zsír.: 3g CH: 26g Só: 1,2g Zsír: 8g Feh.: 8g Cuk.: 6g Ca: 139mg	Korpás kifli _{1,3,7} , Tonhalkrém tejjel _{7,10} , TV paprika, Tea virágmézzel E: 90kcal Tel.zsír.: 0g CH: 17g Só: 0,3g Zsír: 1g Feh.: 3g Cuk.: 1g Ca: 14mg

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