

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. április 7 - 2025. április 11

Étkezés	2025.04.07 Hétfő	2025.04.08 Kedd	2025.04.09 Szerda	2025.04.10 Csütörtök	2025.04.11 Péntek
Reggeli	Tejeskávé pótkávéból, Fatörzs stangli E: 475kcal Tel.zsír.: 3g CH: 59g Só: 0,2g Zsír: 21g Feh.: 13g Cuk.: 16g Ca: 206mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Párizsi(Familia) ⁶ , Kaliforniai paprika, Flora Gold margarin, Tea virágmézzel E: 205kcal Tel.zsír.: 3g CH: 25g Só: 1,0g Zsír: 9g Feh.: 6g Cuk.: 1g Ca: 6mg	Tonhalkrém margarinnal ^{7,10} , Jégsaláta, Tej fél adag ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 230kcal Tel.zsír.: 3g CH: 28g Só: 0,9g Zsír: 8g Feh.: 11g Cuk.: 6g Ca: 121mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Kígyóuborka, Tea, Hentes sertésmájás E: 169kcal Tel.zsír.: 1g CH: 25g Só: 0,9g Zsír: 4g Feh.: 6g Cuk.: 6g Ca: 3mg	Magvas zsemle ^{1,3,7} , Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , TV paprika, Tej fél adag ⁷ E: 164kcal Tel.zsír.: 2g CH: 18g Só: 0,2g Zsír: 9g Feh.: 7g Cuk.: 5g Ca: 122mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	Tea E: 21kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g Ca: 1mg
Ebéd	Alma, Rakott burgonya darált hússal ^{3,7} E: 353kcal Tel.zsír.: 2g CH: 28g Só: 0,1g Zsír: 16g Feh.: 11g Cuk.: 7g Ca: 56mg	Banán, Pulyka ragu ¹ , Főtt rizs E: 420kcal Tel.zsír.: 1g CH: 66g Só: 0,2g Zsír: 9g Feh.: 18g Cuk.: 22g Ca: 110mg	Körte, Brokkoli főzelék ^{1,7} , Rántott halrudak ^{1,4} E: 313kcal Tel.zsír.: 2g CH: 37g Só: 0,1g Zsír: 11g Feh.: 15g Cuk.: 11g Ca: 192mg	Alma, Spenótos tészta sajttal ^{1,3,7} E: 430kcal Tel.zsír.: 6g CH: 55g Só: 0,5g Zsír: 16g Feh.: 16g Cuk.: 11g Ca: 319mg	Lencsegulyás sertés ^{1,7,10} , Kakaós kevert házi ^{1,3,7} E: 456kcal Tel.zsír.: 3g CH: 46g Só: 0,4g Zsír: 22g Feh.: 15g Cuk.: 17g Ca: 102mg
Uzsonna	Vágott zsemle ¹ , Pick szögedi sonkás szelet, Flora Gold margarin, Paradicsom, Tea E: 160kcal Tel.zsír.: 1g CH: 23g Só: 1,0g Zsír: 5g Feh.: 5g Cuk.: 6g Ca: 14mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Tökmagos túrókrém ^{#7} , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 297kcal Tel.zsír.: 3g CH: 30g Só: 1,0g Zsír: 12g Feh.: 16g Cuk.: 10g Ca: 237mg	Fahéjas csiga házi ^{1,3,7} , Tej fél adag ⁷ E: 354kcal Tel.zsír.: 4g CH: 48g Só: 0,2g Zsír: 13g Feh.: 10g Cuk.: 11g Ca: 166mg	Kemencés kenyér ¹ , Kápia paprika, Tej ⁷ , Natúr joghurt literes ⁷ E: 308kcal Tel.zsír.: 3g CH: 37g Só: 1,4g Zsír: 11g Feh.: 15g Cuk.: 10g Ca: 384mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Alma, Flora Gold margarin, Tea, Trappista sajt (Ammerlander) ⁷ E: 295kcal Tel.zsír.: 6g CH: 32g Só: 1,5g Zsír: 13g Feh.: 13g Cuk.: 12g Ca: 257mg

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