

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. október 20 - 2025. október 24

Étkezés	2025.10.20 Hétfő	2025.10.21 Kedd	2025.10.22 Szerda
Reggeli	Tejeskávé pótkávéból ⁷ , Fatörzs stangli E: 475kcal Tel.zsír.: 3g CH: 59g Só: 0,2g Zsír: 21g Feh.: 13g Cuk.: 16g Ca: 206mg	Tojásrántotta ^{3,7} , Kukoricás kenyér ^{1,7} , Tea virágmézzel, Paradicsom E: 301kcal Tel.zsír.: 1g CH: 29g Só: 0,7g Zsír: 5g Feh.: 8g Cuk.: 2g Ca: 43mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Főtt virsli ⁶ , Tea friss citrommal és virágmézzel, póréahagyma E: 282kcal Tel.zsír.: 5g CH: 29g Só: 1,9g Zsír: 14g Feh.: 12g Cuk.: 1g Ca: 36mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg
Ebéd	Rizseshús pulykahúsból, Csemege uborka E: 241kcal Tel.zsír.: 1g CH: 34g Só: 1,3g Zsír: 6g Feh.: 13g Cuk.: 2g Ca: 25mg	Kiwi, Kelkáposzta főzelék ¹ , Vagdalt csirkéből ^{1,3} E: 231kcal Tel.zsír.: 0g CH: 30g Só: 0,2g Zsír: 4g Feh.: 14g Cuk.: 14g Ca: 92mg	Alma fél adag, Vadas sertés tésztával ^{1,7,10} E: 427kcal Tel.zsír.: 1g CH: 53g Só: 0,4g Zsír: 16g Feh.: 17g Cuk.: 15g Ca: 92mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Sonkakrém ⁷ , TV paprika, Tea friss citrommal és cukorral E: 178kcal Tel.zsír.: 2g CH: 25g Só: 0,9g Zsír: 6g Feh.: 5g Cuk.: 6g Ca: 9mg	Kakaós csiga házi ^{1,3,7} , Tej fél adag ⁷ E: 356kcal Tel.zsír.: 4g CH: 47g Só: 0,2g Zsír: 14g Feh.: 10g Cuk.: 11g Ca: 156mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Jégsaláta, Tea, Kockasajt(Medve) ⁷ E: 187kcal Tel.zsír.: 4g CH: 25g Só: 1,2g Zsír: 6g Feh.: 7g Cuk.: 7g Ca: 100mg

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