

Étlap bölcsődések 0-3
2025.02.17. - 2025.02.23.

	hétfő 2025.02.17	kedd 2025.02.18.	szerda 2025.02.19.	csütörtök 2025.02.20.	péntek 2025.02.21.
Reggeli	Tea, Teljes kiőrlésű kenyér (01), Gépsonka, Margarin, Paprika, E: 800(Kj) 191(KCal) F: 8(g) Kol: 0(g) Sz: 25(g) Zsir: 6(g) Cuk: 5(g) Só:0,97(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 20(mg)	Tejeskávé (07), Pék kifli (01), E: 736(Kj) 176(KCal) F: 7(g) Kol: 21(g) Sz: 25(g) Zsir: 5(g) Cuk: 4(g) Só:0,41(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 179(mg)	Tea, Teljes kiőrlésű kenyér (01), Májkrém, Paradicsom, E: 799(Kj) 191(KCal) F: 6(g) Kol: 22(g) Sz: 26(g) Zsir: 7(g) Cuk: 5(g) Só:0,53(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 20(mg)	Mazsolás kalács (01,03), Tej (07), E: 962(Kj) 230(KCal) F: 10(g) Kol: 28(g) Sz: 29(g) Zsir: 8(g) Cuk: 0(g) Só:0,23(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 229(mg)	Tea, Teljes kiőrlésű kenyér (01), Csabai felvágott, Margarin, Retek, E:1 281(Kj) 306(KCal) F: 10(g) Kol: 35(g) Sz: 25(g) Zsir: 18(g) Cuk: 5(g) Só:2,52(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 36(mg)
Tízórai	Gyümölcs, E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)	Keksz (01,07), E: 151(Kj) 36(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 5(g) Zsir: 1(g) Cuk: 0(g) Só:0,08(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	Gyümölcs, E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)	Gyümölcs, E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)	Gyümölcs, E: 172(Kj) 41(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)
Ebéd	Borsos tokány, Tészta köret (01,03), Rostos kajsziaracklé, E:1 425(Kj) 341(KCal) F: 12(g) Kol: 40(g) Sz: 28(g) Zsir: 30(g) Cuk: 2(g) Só:0,44(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 15(mg)	Gyümölcs mártás (01), Párolt csirke-comb, Párolt rizs, E:1 812(Kj) 433(KCal) F: 10(g) Kol: 20(g) Sz: 64(g) Zsir: 14(g) Cuk: 10(g) Só:0,22(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 37(mg)	Paradicsomos káposzta fozelék (01), Sült debreceni, E:1 035(Kj) 248(KCal) F: 11(g) Kol: 43(g) Sz: 15(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:1,78(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 46(mg)	Szilvaleves (01), Párolt csirkemell, Petrezselymes rizs, E:1 656(Kj) 396(KCal) F: 17(g) Kol: 33(g) Sz: 53(g) Zsir: 12(g) Cuk: 5(g) Só:0,32(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 27(mg)	Gulyásleves (01,03,09), Túrós metélt (07,01), Gyümölcs, E:1 596(Kj) 382(KCal) F: 14(g) Kol: 31(g) Sz: 23(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:0,56(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 119(mg)
Uzsonna	Meggyes rúd (pékáru) (01), Tej (07), E: 790(Kj) 189(KCal) F: 6(g) Kol: 21(g) Sz: 19(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,17(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 171(mg)	Teljes kiőrlésű kenyér (01), Margarin, Sárgabarack, E: 674(Kj) 161(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 25(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,36(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 20(mg)	Pudingos csiga (01,03,07), Tej (07), E:1 142(Kj) 273(KCal) F: 10(g) Kol: 21(g) Sz: 40(g) Zsir: 7(g) Cuk: 3(g) Só:0,27(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 221(mg)	Teljes kiőrlésű kenyér (01), Tojáskrém (10,07,03), Uborka, E: 873(Kj) 209(KCal) F: 9(g) Kol:214(g) Sz: 20(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:0,69(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 69(mg)	Kifli (01), Gyümölcs joghurt (01,07), E: 794(Kj) 190(KCal) F: 6(g) Kol: 13(g) Sz: 32(g) Zsir: 4(g) Cuk: 18(g) Só:0,24(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 1 308(mg)□

01=Glutén,02=Nakiverek,03=Tojas,04=Nalá k,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mártás,11=Szósó
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető