

Étlap

2024. október 28 - 2024. november 1

Menük	Étkezés	2024.10.28 Hétfő	2024.10.29 Kedd	2024.10.30 Szerda	2024.10.31 Csütörtök
bölcsöde bölcsöde	Reggeli	Kakaó ⁷ , kalács ^{1,3,7} E: 259,50kcal Tel.zsír.: 2,76g CH: 41,88g Só: 0,59g Zsír: 6,09g Feh.: 9,01g Cuk.: 20,49g Ca: 143,37mg	Teljeskiörlesű kenyér ^{1,3,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Zöldáru póréhagyma, Gyümölcs tea E: 171,90kcal Tel.zsír.: 1,70g CH: 20,18g Só: 0,59g Zsír: 6,79g Feh.: 6,94g Cuk.: 1,47g Ca: 35,54mg	Kifli ^{1,3} , Párizsi ⁶ , Paradicsom, Tea citromlével E: 226,76kcal Tel.zsír.: 0,01g CH: 35,21g Só: 1,14g Zsír: 4,97g Feh.: 7,36g Cuk.: 12,35g Ca: 27,47mg	Kenyér felvágott paprika ^{1,3,7} , Tej ⁷ E: 250,83kcal Tel.zsír.: 2,48g CH: 33,27g Só: 1,48g Zsír: 6,50g Feh.: 14,49g Cuk.: 10,61g Ca: 254,42mg
	Tízórai	Rostos gyümölcsle E: 51,60kcal Tel.zsír.: g CH: 12,30g Só: g Zsír: g Feh.: 0,20g Cuk.: g Ca: mg	Joghurt eperrel ⁷ E: 64,11kcal Tel.zsír.: 1,56g CH: 6,38g Só: 0,24g Zsír: 2,94g Feh.: 2,86g Cuk.: 6,38g Ca: 101,02mg	narancslé 50%-ps E: 121,20kcal Tel.zsír.: g CH: 28,70g Só: 0,00g Zsír: 0,14g Feh.: 0,52g Cuk.: 28,70g Ca: mg	Tejszelet E: 66,00kcal Tel.zsír.: 1,67g CH: 5,85g Só: 0,07g Zsír: 4,01g Feh.: 1,53g Cuk.: 5,74g Ca: 39,08mg
	Ebéd	Alma, Sertés apró ¹ , Zöldbabfőzelék ^{1,7} , Kenyér félbarna ebédhez ^{1,3,7} E: 465,13kcal Tel.zsír.: 1,66g CH: 30,23g Só: 1,32g Zsír: 27,90g Feh.: 20,37g Cuk.: 11,04g Ca: 75,92mg	Húsleves (sertés), cérnamentélttel ^{1,8,9} , Főtt hús, sertéscomb, Pirított dara ¹ , Gyümölcsmártás ^{1,7} E: 409,12kcal Tel.zsír.: 1,18g CH: 51,60g Só: 1,33g Zsír: 11,27g Feh.: 23,10g Cuk.: 15,76g Ca: 71,09mg	Zöldborsóleves ¹ , Vadas csirke tésztával ^{1,7,9,10} E: 341,49kcal Tel.zsír.: 1,61g CH: 45,96g Só: 1,12g Zsír: 8,24g Feh.: 19,85g Cuk.: 5,13g Ca: 71,36mg	Mészáros leves ^{1,3} , Aranygaluska vaníliásodóval ^{1,3,7,8} E: 569,96kcal Tel.zsír.: 3,29g CH: 70,00g Só: 0,67g Zsír: 20,08g Feh.: 24,21g Cuk.: 22,54g Ca: 170,07mg
	Uzsonna	smile palacsinta E: kcal Tel.zsír.: g CH: g Só: g Zsír: g Feh.: g Cuk.: g Ca: mg	Túrórudi ^{5,7} E: 54,60kcal Tel.zsír.: 2,30g CH: 5,90g Só: 0,00g Zsír: 2,82g Feh.: 1,43g Cuk.: 5,73g Ca: mg	Alma, nápolyi ¹ E: 136,72kcal Tel.zsír.: g CH: 19,56g Só: 0,01g Zsír: 5,26g Feh.: 1,71g Cuk.: 6,30g Ca: 9,45mg	dörmi piskóta E: kcal Tel.zsír.: g CH: g Só: g Zsír: g Feh.: g Cuk.: g Ca: mg

A változás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- Glutént tartalmazó gabona
- Rákfélék és azokból készült termékek
- Tojás és abból készült termékek
- Halak és azokból készült termékek
- Földimogyoró és abból készült termékek
- Szójabab és abból készült termékek
- Tej és abból készült termékek
- Diófélék
- Zeller és abból készült termékek
- Mustár és abból készült termékek
- Szezámag és abból készült termékek
- Kén-dioxid
- Puhatestűek
- Csillagfűt