

## Bölcsőde 24-36

## Étlap

2023. január 23 - 2023. január 27

Étkezés	2023.01.23 Hétfő	2023.01.24 Kedd	2023.01.25 Szerda	2023.01.26 Csütörtök	2023.01.27 Péntek
Reggeli	korpás zsemle <sub>1</sub> , Csirkemellsonka <sub>6</sub> , Zöldáru paprika, Tea	Kifli <sub>1,7</sub> , Kakaó <sub>7</sub> , kockasajt <sub>7</sub>	teljes kiőrlésű kenyér sonka <sub>1,6</sub> , Zöldáru kigyóuborka, Tej <sub>7</sub>	teljes kiőrlésű kenyér <sub>1</sub> , Sajtkrém /n./ <sub>7</sub> , Tea	Tej <sub>7</sub> , Briós /Hartai <sub>1,3,7</sub>
Tízórai	Alma	Körteturmix <sub>7</sub>	Ivólé	Almás túrókrém Bölcsőde <sub>7</sub>	Banánturmix <sub>7</sub>
Ebéd	Zöldségleves <sub>1,3,9</sub> , Burgonyapüré <sub>7</sub> , Májfelfújt B <sub>1,3,7</sub>	teljes kiőrlésű kenyér f <sub>1</sub> , Tökfőzelék <sub>1,7</sub> , Párizsi csirkemell <sub>1,3,7</sub>	Majorannás tejfölös pulykatokány <sub>1,7</sub> , Párolt bulgur <sub>1</sub>	teljes kiőrlésű kenyér f <sub>1</sub> , Sertéspörkölt, Burgonyafőzelék <sub>1,7</sub>	Lecsós csirkemell, Párolt rizs
Uzsonna	Sós fonat <sub>1,7</sub> , Tej <sub>7</sub>	Banán	Tejszelet <sub>1,7</sub>	Mandarin	Alma
Energia:	913,38kcal	853,52kcal	852,75kcal	801,62kcal	848,07kcal
Zsír:	20,04g	34,06g	34,73g	34,46g	19,93g
Telített zsírsav:	2,62g	3,37g	4,37g	5,00g	1,60g
Fehérje:	37,11g	32,67g	37,40g	38,53g	36,62g
Szénhidrát:	138,52g	99,14g	93,86g	75,51g	118,76g
Hozzáadott cukor:	4,00g	6,99g	g	4,00g	g
Só:	1,16g	1,10g	1,24g	1,08g	1,04g
Ca:	34,20mg	129,00mg	26,00mg	90,00mg	342,00mg

A változtatás 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
- Szezám és abból készült termékek
- Kén-dioxid
- Puhatestűek
- Csillagfürt