

Étlap (Bölcsöde és Mini bölcsöde 0-3)

2025.07.07 - 2025.07.13.

Hétfő 2025.07.07	Kedd 2025.07.08.	Szerda 2025.07.09.	Csütörtök 2025.07.10.	Péntek 2025.07.11.
Reggeli Tea Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Margarin Felvágott olasz (06.) E: 879(Kj) 210(KCal) F: 7(g)Kol: 17(g)Sz: 23(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:0,54(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 0(mg)	Tej2,8 (07.) Hot-dog (06,01,03,07.) E:1 594(Kj) 381(KCal) F: 12(g)Kol: 29(g)Sz: 42(g) Zsir: 15(g)Cuk: 11(g)Só:2,20(g) Tel.Zs: 4(g)Cz: 0(mg)	Tea Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Margarin Pulyka mell sonka E: 729(Kj) 175(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,57(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 0(mg)	Tej2,8 (07.) Kakaós kalács (01,03,07,06.) E: 802(Kj) 192(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 8(g)Cuk: 11(g)Só:0,96(g) Tel.Zs: 4(g)Cz: 0(mg)	Tej2,8 (07.) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Margarin Felvágott sajtos párizsi (06,07.) E:1 130(Kj) 270(KCal) F: 7(g)Kol: 11(g)Sz: 24(g) Zsir: 12(g)Cuk: 11(g)Só:1,08(g) Tel.Zs: 5(g)Cz: 0(mg)
Tízorai Alma E: 52(Kj) 12(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Gyümölcslé E: 188(Kj) 45(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 10(g) Zsir: 0(g)Cuk: 10(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Narancs E: 8(Kj) 2(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Gyümölcslé E: 188(Kj) 45(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 10(g) Zsir: 0(g)Cuk: 10(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Tea E: 148(Kj) 35(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 9(g) Zsir: 0(g)Cuk: 8(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)
Ebéd Finomfozelék (09,07,01.) Csirkepörkölt (09,01.) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) E:1 444(Kj) 345(KCal) F: 22(g)Kol: 23(g)Sz: 27(g) Zsir: 15(g)Cuk: 2(g)Só:0,82(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Rántott hal sütőben sütte (04,01,03.) Burgonya köret Tartármártás (03,10,07.) E:1 071(Kj) 256(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 10(g)Cuk: 1(g)Só:0,66(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 13(mg)	Tavaszi zöldségleves (09,01,03.) Szárazbab fozelék (07,09,01.) Dinó szelet (01,03.) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) E:2 308(Kj) 552(KCal) F: 22(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 22(g)Cuk: 2(g)Só:1,78(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Brokkolifozelék (07,09,01.) Sertéspörkölt (01,09.) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) E:1 512(Kj) 362(KCal) F: 19(g)Kol: 31(g)Sz: 26(g) Zsir: 19(g)Cuk: 2(g)Só:1,34(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Barbecue pulykacomb filé (09.) Burgonyapüré (07.) E:1 250(Kj) 299(KCal) F: 18(g)Kol: 27(g)Sz: 28(g) Zsir: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,46(g) Tel.Zs: 1(g)Cz: 0(mg)
Uzsonna Tej2,8 (07.) Csokis csiga (01,06,07,03.) E:1 022(Kj) 244(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 12(g)Cuk: 16(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 4(g)Cz: 0(mg)	Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Sajtkrém (07.) Retek E: 508(Kj) 122(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 16(g) Zsir: 3(g)Cuk: 2(g)Só:0,34(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 0(mg)	Tej2,8 (07.) Pizzás táská (01,03,07,06,12.) E: 745(Kj) 178(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 17(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:29,80(g) Tel.Zs: 4(g)Cz: 0(mg)	Teljes kiőrlésű kenyér (01,06.) Vajkrém snidlinges (07.) E: 528(Kj) 126(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 15(g) Zsir: 4(g)Cuk: 2(g)Só:0,94(g) Tel.Zs: 2(g)Cz: 0(mg)	Natur joghurt Keksz (01,03,07,08.) Banán E: 844(Kj) 202(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 2(g)Cuk: 8(g)Só:0,76(g) Tel.Zs: 0(g)Cz: 180(mg)