

Mészöly Tabajd - Bölcsőde

Étlap

2025. április 21 - 2025. április 25

Étkezés	2025.04.21 Hétfő	2025.04.22 Kedd	2025.04.23 Szerda	2025.04.24 Csütörtök	2025.04.25 Péntek
Reggeli		Vaniliás tej ₇ , zöldség, vajkrém ₇ , tk kenyér ₁ E: 254kcal Tel.zsír.: 5g CH: 28g Só: 0,7g Zsír: 10g Feh.: 8g H.Cuk: 0g Ca: 139mg	Párizsi ₆ , Margarin, Kakaó ₇ , zöldség, tk kenyér ₁ E: 279kcal Tel.zsír.: 2g CH: 40g Só: 1,1g Zsír: 7g Feh.: 10g H.Cuk: 10g Ca: 124mg	Csirkemellsonka ₆ , Margarin, Gyümölcs tea, zöldség, tk kenyér ₁ E: 174kcal Tel.zsír.: 1g CH: 26g Só: 1,0g Zsír: 3g Feh.: 7g H.Cuk: g Ca: 4mg	Szalámi csemege, Margarin, tk kenyér ₁ , zöldség E: 185kcal Tel.zsír.: 2g CH: 21g Só: 1,1g Zsír: 7g Feh.: 6g H.Cuk: g Ca: 2mg
Tízórai		Körte E: 48kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g H.Cuk: g Ca: 14mg	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g H.Cuk: g Ca: 9mg	Körte E: 48kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g H.Cuk: g Ca: 14mg	Alma E: 31kcal Tel.zsír.: g CH: 6g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g H.Cuk: g Ca: 9mg
Ebéd		Húsos rakott tészta _{1,3,7} E: 318kcal Tel.zsír.: 3g CH: 31g Só: 0,6g Zsír: 13g Feh.: 18g H.Cuk: g Ca: 89mg	Vegyes gyümölcsleves _{1,7} , Budapest sertésragu, Párolt rizs E: 339kcal Tel.zsír.: 2g CH: 43g Só: 0,1g Zsír: 11g Feh.: 16g H.Cuk: 2g Ca: 54mg	Frankfurti leves zöldségesen _{1,6,7} , Szecsuáni csirkemell, Sajtos polenta ₇ E: 475kcal Tel.zsír.: 6g CH: 30g Só: 0,9g Zsír: 25g Feh.: 31g H.Cuk: 1g Ca: 151mg	Grízes (darás) tészta ₁ , Szegedi csirkegulyás, tk kenyér ₁ E: 469kcal Tel.zsír.: 0g CH: 76g Só: 0,7g Zsír: 7g Feh.: 23g H.Cuk: 10g Ca: 52mg
Uzsonna		Zsemle _{1,3,7} , Vaj ₇ , zöldség, trappista sajt ₇ E: 225kcal Tel.zsír.: 7g CH: 15g Só: 0,9g Zsír: 13g Feh.: 11g H.Cuk: g Ca: 187mg	Túrós táska _{1,3,7} E: 117kcal Tel.zsír.: g CH: 19g Só: g Zsír: 2g Feh.: 4g H.Cuk: g Ca: mg	Kifli _{1,3} , zöldség, magyaros vajkrém ₇ E: 194kcal Tel.zsír.: g CH: 24g Só: 0,6g Zsír: 8g Feh.: 4g H.Cuk: g Ca: 8mg	Kifli _{1,3} , gyümölcs joghurt ₇ E: 198kcal Tel.zsír.: 2g CH: 30g Só: 1,0g Zsír: 5g Feh.: 8g H.Cuk: 10g Ca: 161mg
Energia:	kcal	843,98kcal	765,24kcal	890,50kcal	884,41kcal
Zsír:	g	36,34g	19,87g	36,25g	19,54g
Telített zsírsav:	g	15,24g	3,05g	7,10g	5,12g
Fehérje:	g	37,19g	30,80g	42,40g	38,08g
Szénhidrát:	g	85,05g	108,54g	91,22g	133,59g
Hozzáadott cukor:	g	0,50g	11,55g	0,56g	19,90g
Só:	g	2,14g	1,23g	2,51g	2,77g
Ca:	mg	428,69mg	187,62mg	177,09mg	224,21mg

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!