

Budapest, XXI. Kerület Csepel Önkormányzata

Humán Szolgáltatások Igazgatósága

1211 Budapest, Kiss János altb.u. 54.

2024.04.22. - 2024.04.26.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk !

Bölcsődés Heti étlap

17 .hét

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	Tejeskávé Molnárka Flóra margarin	Tej Félbarna kenyér Flóra margarin, Csirkemell sonka Jégcsapretek	Kakaó Teljeskiőrlésű kenyér Flóra margarin Trappista sajt Kígyóuborka	Tej Graham kenyér Flóra margarin Tavaszi felvágott Kígyóuborka	Tej Félbarna kenyér Flóra margarin Lekvár
	Energia:258,39 Kcal /1080,07 KJ	Energia:263,54 Kcal /1101,60KJ	Energia:358,76 Kcal /1499,62 KJ	Energia:280,25 Kcal /1171,45 KJ	Energia: 262,04 Kcal /1095,33 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
	9,50g 9,90g 3,47g	15,56g 8,02g 2,41g	17,22g 13,73g 6,19g	13,13g 10,54g 3,50g	10,75g 7,75g 2,43g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,72g 6,44g 0,62g	32,19g 1,65g 1,09g	41,36g 9,99g 1,19g	33,05g 0,00g 1,35g	37,50g 4,82g 1,08g	
allergének: 1,6,7,3	1,7	1,7	1,7	1,7	
Tízórai	Gyümölcslé	Limonádé	Gyümölcstea	Citromos tea	Limonádé
	Energia:102,36 Kcal /427,86 KJ	Energia:29,18 Kcal /121,97 KJ	Energia: 28,43 Kcal /118,84 KJ	Energia:23,90 Kcal /99,90 KJ	Energia:29,18 Kcal /121,97 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsír/sav	Fehérje: Zsír: T.Zsír/sav	Fehérje: Zsír: T.Zsír/sav	Fehérje: Zsír: T.Zsír/sav	Fehérje: Zsír: T.Zsír/sav
	1,30g 0,36g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	0,01g 0,00g 0,00g	0,05g 0,08g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: 0,00g Só: 0,01g	Szénhidrát: Cukor: 5,00g Só: 0,00g	Szénhidrát: Cukor: 5,00g Só: 0,00g	Szénhidrát: Cukor: 5,00g Só: 0,00g	Szénhidrát: Cukor: 5,00g Só: 0,00g
21,80g	6,11g	5,23g	5,28g	6,11g	
Ebéd	Májgaluska leves Túrós derelye Alma	Halrudacska Burgonyapüré Uborkasaláta Banán	Csöbenschült zöldségek csirkemellel Banán	Bolognai spagetti Alma	Csirkecomb pörkölt Kelkáposzta Alma
	Energia:639,13 Kcal /2671,56 KJ	Energia:507,45 Kcal /2121,14 KJ	Energia: 412,64 Kcal / 1724,84KJ	Energia:497,18 Kcal /2078,21 KJ	Energia:328,27 Kcal /1372,17 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
	23,45g 14,15g 1,71g	20,87g 20,49g 4,95g	20,64g 19,01g 4,60g	25,71g 18,13g 6,73g	18,42g 14,61g 2,00g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
101,72g 14,39g 1,40g	59,04g 1,00g 0,89g	38,79g 0,00g 0,79g	56,76g 0,00g 7,30g	29,88g 0,00g 0,57g	
allergének: 1,7,3	1,7,4	1,3,7	1,3,7	1,7	
Uzsonna	Limonádé Rozskenyér Kockasajt Paradicsom	Limonádé Korpás kifli Tojáskrém Újhagyma	Citromos tea Zsemle Teavaj Paradicsom	Limonádé Félbarna kenyér Vajkrém Jégcsapretek	Citromos tea Kölespuding gyümölcsöntettel
	Energia:168,02 Kcal /702,32 KJ	Energia: 117,37 Kcal /490,61 KJ	Energia:229,72 Kcal /960,23 KJ	Energia:135,74 Kcal /567,39 KJ	Energia: 310,39 Kcal /1297,43 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
	4,53g 3,72g 1,57g	3,93g 6,25g 1,58g	4,15g 10,02g 4,65g	4,26g 0,52g 0,01g	4,46g 1,91g 0,77g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
28,17g 5,00g 0,14g	10,70g 5,00g 0,37g	29,32g 5,00g 0,00g	27,61g 6,65g 0,81g	68,00g 48,46g 0,29g	
allergének:1,7	1,7,6	1,7,6	1,7	1,7	

Nemzetközi kód - Allergén

1 - glutén

2 - rák

3 - tojás

4 - hal

5 - földimogyoró

6 - szója

7 - tejtermék, laktóz

8 - diófélék

9 - zeller

10 - mustár

11 - szezám

12 - kéndioxid, szulfid

13 - csillagfűrt

14 - puhatestűek

15 - mesterséges

édesítőszer

16- édesgyökér