

Budapest, XXI. Kerület Csepel Önkormányzata

Humán Szolgáltatások Igazgatósága

1211 Budapest, Kiss János altb.u. 54.

2024.07.15. - 2024.07.19.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk !

Bölcsődés Heti étlap

29 .hét

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	<b>Karamellás tej Molnárka Flóra margarin</b>	<b>Tej Félbarna kenyér Körözött Zöldpaprika</b>	<b>Tej Szezámós zsemle Flóra margarin Gépsonka Kápia paprika</b>	<b>Tejeskávé Burgonyás kenyér Flóra margarin Edami sajt Zöldpaprika</b>	<b>Kakaó Teljeskiőrlésű kenyér Flóra margarin Csirkemell sonka Uborka</b>
	Energia:359,12 Kcal /1501,12 KJ	Energia: 266,41 Kcal /1113,59KJ	Energia:307,03 Kcal /1283,39 KJ	Energia: 324,27 Kcal /1355,45 KJ	Energia: 299,09Kcal /1250,20 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
	9,31g 9,45g 3,32g	14,75g 7,69g 3,22g	16,24g 9,84g 2,90g	15,97g 12,97g 5,62g	15,60g 8,44g 2,62g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
58,98g 36,05g 0,56g	34,25g 0,00g 1,21g	38,23g 0,00g 1,22g	35,71g 5,00g 1,44g	39,96g 9,99g 0,68g	
allergének: 1,7,3	1,7	1,7,11	1,7	1,7	
Tízórai	<b>Citromos tea</b>	<b>Limonádé</b>	<b>Gyümölcslé 100%</b>	<b>Citromos tea</b>	<b>Gyümölcsstea</b>
	Energia: 67,80 Kcal /283,40 KJ	Energia:29,18 Kcal/121,97 KJ	Energia:102,36 Kcal /427,86 KJ	Energia: 67,80 Kcal /283,40 KJ	Energia: 28,43 Kcal /118,84 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
	0,08g 0,07g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	1,30g 0,36g 0,00g	0,08g 0,07g 0,00g	0,01g 0,00g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só: 0,00g	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:
15,99g 14,99g 0,00g	6,11g 5,00g	21,80g 0,00g 0,01	15,99g 14,99 0,00g	5,23g 5,00g 0,00g	
Ebéd	<b>Sült csirkecomb Brokkoli főzelék Őszibarack</b>	<b>Rakott sárgarépa csirkemellel Nektarin</b>	<b>Paprikás burgonya virslivel Uborka saláta Alma</b>	<b>Sertés aprópecsenye Almás cukkini főzelék</b>	<b>Pulykaragu leves Grizes tészta ízzel</b>
	Energia:269,92 Kcal /1128,27 KJ	Energia: 306,84 Kcal /1282,59 KJ	Energia:336,60 Kcal /1406,99 KJ	Energia:297,95 Kcal /1245,43 KJ	Energia: 578,79 Kcal /2419,34 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
	19,68g 12,52g 2,41g	15,91g 8,54g 1,79g	11,11g 13,15g 3,79g	16,93g 14,80g 4,49g	20,58g 16,29g 2,35g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
18,92g 0,00g 0,97g	40,80g 0,00g 2,61g	42,17g 1,00g 1,71g	23,65g 3,00g 0,75g	114,23g 24,69g 6,13g	
allergének: 1,7	1,7,3	1,7,6	1,7	1,3,7	
Uzsonna	<b>Limonádé Graham kenyér Flóra margarin Sajtos párizsi Paradicsom</b>	<b>Citromos tea Kifli Kocka sajt Uborka</b>	<b>Limonádé Teljeskiőrlésű kenyér Húspástétom Uborka</b>	<b>Limonádé Belvita keksz Nektarin</b>	<b>Citromos tea Kifli Natúr vajkrém Körte</b>
	Energia:225,85 Kcal /944,05 KJ	Energia: 190,68Kcal /797,04 KJ	Energia:201,51 Kcal / 842,31 KJ	Energia: 123,94 Kcal /518,07 KJ	Energia: 197,45 Kcal /825,34 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
	6,96g 8,54g 2,19g	4,61g 3,20g 1,56g	7,20g 7,22g 1,87g	2,23g 1,90g 0,57g	3,26g 0,55g 0,00g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,38g 5,00g 1,09g	35,00g 14,99g 0,46g	25,86g 5,00g 0,72g	23,52g 5,00g 0,10g	43,89g 14,99g 0,32g	
allergének:1,7	1,7	1,7,3	1,7,6,3,8,11	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