

Budapest, XXI. Kerület Csepel Önkormányzata

Humán Szolgáltatások Igazgatósága

1211 Budapest, Kiss János altb.u. 54.

2024.04.29. - 2024.05.03.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk !

Bölcsődés Heti étlap

18 .hét

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	<b>Kakaó Kalács Flóra margarin</b>	<b>Tej Félbarna kenyér Tonhalpástétom Üborka</b>		<b>Tej Graham kenyér Tavaszi túrókrém Paradicsom</b>	<b>Tejeskávé Zsemle Füstölt sajtkrém</b>
	Energia:340,40 Kcal /1422,87 KJ	Energia:277,52 Kcal /1160,03KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: 272,55 Kcal /1139,26 KJ	Energia: 338,48Kcal / 1414,85 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
	11,80g 11,74g 4,32g	15,05g 9,61g 3,30g		15,54g 7,67g 3,35g	14,66g 13,72g 6,11g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
46,70g 12,79g 0,70g	32,01g 0,00g 1,31g		35,02g 0,00g 1,11g	38,71g 5,00g 1,55g	
allergének: 1,7,6,3	1,3,4,6,7		1,7	1,7,6	
Tízórai	<b>Limonádé</b>	<b>Gyümölcsivólé</b>		<b>Limonádé</b>	<b>Citromos tea</b>
	Energia:29,18 Kcal /121,97 KJ	Energia:102,36 Kcal/427,86 KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: 29,18 Kcal /121,97 KJ	Energia: 23,90Kcal /99,90 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
	0,10g 0,10g 0,00g	1,30g 0,36g 0,00g		0,10g 0,10g 0,00g	0,05g 0,08g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:
6,11g 5,00g 0,00g	21,80g 0,00g 0,01g		6,11g 5,00g 0,00g	5,28g 5,00g 0,00g	
Ebéd	<b>Rakott sárgarépa Alma</b>	<b>Sertés pörkölt Zöldbabfőzelék Banán</b>		<b>Sült pulykacomb Paradicsomos Burgonyafőzelék</b>	<b>Rozmaringos csirkemell Kukoricafőzelék</b>
	Energia:281,28 Kcal /1175,75 KJ	Energia: 348,58Kcal 1457,06 KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia:458,22 Kcal /1915,36 KJ	Energia: 463,75 Kcal /1938,48 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
	13,81g 9,14g 2,18g	18,29g 14,08g 3,37g		19,20g 13,10g 2,00g	24,76g 11,34g 1,82g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
61,60g 0,24g 0,88g	36,09g 0,00g 0,81g		104,67g 9,85g 0,90g	64,76g 0,00g 0,83g	
allergének: 1,7,3	1,7		1	1,7	
Uzsonna	<b>Citromos tea Félbarna kenyér Házi májpástétom Savanyú káposzta</b>	<b>Gyümölcstea Kífi Teavaj</b>		<b>Citromos tea Félbarna kenyér Flóra margarin Pulykamell sonka Zöldpaprika</b>	<b>Citromos tea Félbarna kenyér Teavaj Méz</b>
	Energia:184,76 Kcal /772,30 KJ	Energia: 197,64 Kcal / 826,14 KJ	Energia: Kcal / KJ	Energia: 191,00Kcal / 798,38 KJ	Energia: 247,32 Kcal /1033,80 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
	7,74g 4,29g 0,85g	2,88g 9,81g 4,64g		7,63g 5,31g 0,95g	4,06g 10,08g 4,64g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
28,14g 5,00g 1,26g	22,39g 5,00g 0,31g		27,71g 5,00g 1,24g	34,36g 13,10g 0,80g	
allergének:1,7,3,10	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