

Budapest, XXI. Kerület Csepel Önkormányzata

Humán Szolgáltatások Igazgatósága

1211 Budapest, Kiss János altb.u. 54.

2024.05.13. - 2024.05.17.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk !

Bölcsődés Heti étlap

20 .hét

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	Tej Fatörzs kifli Flóra margarin	Tejeskávé Rozscipó Flóra margarin Pulykasonka Zöldpaprika	Tej Zsemle Flóra margarin Lekvár	Kakaó Félbarna kenyér Húspástétom Kaliforniai paprika	Tej Korpás zsemle Flóra margarin Főtt tojáskarikák Kígyóuborka
	Energia: 277,62 Kcal /1160,45 KJ	Energia:268,10 Kcal /1120,66KJ	Energia:269,24 Kcal /1125,42 KJ	Energia: 327,22 Kcal /1367,78 KJ	Energia: 262,05Kcal /1095,37 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	10,72g 10,72g 3,83g	12,53g 8,21g 2,42g	10,64g 7,64g 2,43g	14,40g 10,41g 3,67g	14,27g 11,29g 3,38
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
37,13g 4,49g 0,60g	35,99g 5,00g 0,68g	39,67g 4,82g 0,92g	43,63g 9,99g 1,39g	25,73g 0,00g 0,73g	
allergének: 1,7,3,6	1,7	1,7,6	1,7,3,10	1,7,3,6	
Tízórai	Citromos tea	Limonádé	Gyümölcslé 100%	Citromos tea	Gyümölcsstea
	Energia:23,90 Kcal /99,90 KJ	Energia: 29,18 Kcal/121,97 KJ	Energia:102,36 Kcal /427,86 KJ	Energia:23,90 Kcal 99,90/ KJ	Energia: 28,43g Kcal /118,84 KJ
	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav	Fehérje: Zsír: T.Zsírsvav
	0,05g 0,08g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	1,30g 0,36g 0,00g	0,05g 0,08g 0,00g	0,01g 0,00g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: 5,00g Só: 0,00g	Szénhidrát: Cukor: 5,00g Só: 0,00g	Szénhidrát: Cukor: 0,00g Só: 0,01g	Szénhidrát: Cukor: 5,00g Só: 0,00g	Szénhidrát: Cukor: 5,23g Só: 0,00g
5,28g	6,11g	21,80g	5,28g	5,23g	
Ebéd	Rakott karfiol Banán	Fokhagymás aprópecsenye Finomfőzelék Banán	Paprikás krumpli virslivel Csemege uborka Körte	Natúr csirkemell Brokkolifőzelék Alma	Sült sertés szelet Burgonyapüré Uborkasaláta
	Energia:372,01 Kcal / 1555,00KJ	Energia:400,73 Kcal /1675,05 KJ	Energia:341,08 Kcal /1425,71 KJ	Energia:263,28 Kcal /1100,51 KJ	Energia: 430,61 Kcal /1799,95 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	16,73g 13,74g 2,55g	21,12g 13,91g 2,47g	10,41g 12,98g 7,24g	22,10g 10,23g 1,77g	20,00g 16,46g 4,14g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
71,24g 0,24g 0,54g	86,82g 4,36g 2,86g	44,58g 0,00g 2,58g	20,01g 0,00g 0,99g	49,44g 1,00g 1,12g	
allergének: 1,7,3	1,7	1	1,7	1,7	
Uzsonna	Gyümölcsstea Teljeskiörlésű kenyér Kockasajt Paradicsom	Citromos tea Kifli Natúr vajkrém Kígyóuborka	Gyümölcsstea Graham kenyér Körözött Paradicsom	Limonádé Házi barackos gyümölcsjoghurt Kifli	Citromos tea Kifli Teavaj Paradicsom
	Energia: 166,25 Kcal /694,93 KJ	Energia:108,45 Kcal /453,32 KJ	Energia:201,51 Kcal /842,31 KJ	Energia:241,23 Kcal /1008,34 KJ	Energia: 197,93 Kcal /827,35 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
	5,42g 3,43g 1,60g	3,09g 0,31g 0,00g	8,04g 4,66g 1,60g	9,97g 0,51g 0,11g	3,14g 9,93g 4,65g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
26,40g 5,00g 0,53g	22,75g 5,00g 0,32g	29,78g 5,00g 0,83g	48,01g 17,00g 0,91g	23,32g 5,00g 0,31g	
allergének:1,7	1,7,6	1,7	1,7,6	1,7,6	

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