

Budapest, XXI. Kerület Csepel Önkormányzata

Humán Szolgáltatások Igazgatósága

1211 Budapest, Kiss János altb.u. 54.

2024.06.24. - 2024.06.28.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk !

Bölcsődés Heti étlap

26 .hét

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	Karamellás tej Kalács Teavaj	Tej Graham kenyér Tavaszi felvágott Flóra margarin Paradicsom	Tejeskávé Teljeskiőrlésű kenyér Tojáskrém Zöldpaprika	Kakaó Rozscipó Flóra margarin Gépsonka Kápia paprika	Tej Félbarna kenyér Flóra margarin Trappista sajt Zöldpaprika
	Energia: 486,10 Kcal / 2031,90 KJ	Energia: 282,48 Kcal / 1180,77 KJ	Energia: 289,47 Kcal / 1209,98 KJ	Energia: 312,95 Kcal / 1308,13 KJ	Energia: 316,42 Kcal / 1322,64 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
	11,57g 16,81g 8,00g	13,13g 10,56g 3,51g	13,57g 9,37g 3,07g	14,54g 9,70g 3,09g	16,52g 13,29g 5,97g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
71,57g 37,77g 0,69g	33,56g 0,00g 1,34g	37,37g 5,00g 0,99g	41,81g 9,99g 0,50g	32,51g 0,00g 1,57g	
allergének: 1,7,3,6	1,7	1,7,3	1,7	1,7	
Tízórai	Limonádé	Gyümölcsstea	Limonádé	Gyümölcsle 100%	Limonádé
	Energia: 29,18 Kcal / 121,97 KJ	Energia: 28,43 Kcal / 118,84 KJ	Energia: 29,18 Kcal / 121,97 KJ	Energia: 102,36 Kcal / 427,86 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
	0,10g 0,10g 0,00g	0,01g 0,00g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g	1,30g 0,36g 0,00g	0,10g 0,10g 0,00g
	Szénhidrát Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:	Szénhidrát: Cukor: Só:
6,11g 5,00g 0,00g	5,23g 5,00g 0,00g	6,11g 5,00g 0,00g	21,80g 0,00g 0,01g	6,11g 5,00g 0,00g	
Ebéd	Zöldbab főzelék Vagdalt Alma	Zöldséges rizseshús Nektarin	Paprikás csirke Tészta köret Meggy	Sült csirkecomb Paradicsomos burgonya főzelék Alma	Gulyásleves Masánszky rizsfelfújt
	Energia: 335,58 Kcal / 1402,72 KJ	Energia: 336,32 Kcal / 1405,82 KJ	Energia: 427,37 Kcal / 1786,41 KJ	Energia: 433,60 Kcal / 1812,45 KJ	Energia: 605,67 Kcal / 2531,70 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
	16,38g 13,12g 2,51g	19,51g 10,58g 1,33g	21,40g 15,28g 2,53g	19,12g 13,08g 1,83g	22,28g 14,45g 4,03g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
63,67g 0,24g 1,05g	47,31g 0,00g 0,48g	49,54g 0,00g 6,18g	58,42g 9,49g 0,95g	95,45g 19,98g 0,74g	
allergének: 1,7,3		1,7,3	1,3,7,	1,7,3	
Uzsonna	Gyümölcsstea Félbarna kenyér Házi húspástétom Kígyóuborka	Limonádé Zsemle Natúr vajkrém Kígyóuborka	Citromos tea Félbarna kenyér Füstölt sajtkrém Paradicsom	Limonádé Házi mazsolás túrókrém Babapiskóta	Citromos tea Kifli Teavaj Alma
	Energia: 209,54 Kcal / 875,88 KJ	Energia: 142,42 Kcal / 595,32 KJ	Energia: 248,65 Kcal / 1039,36 KJ	Energia: 216,28 Kcal / 904,05 KJ	Energia: 224,42 Kcal / 938,08 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
	7,33g 7,03g 1,84g	4,13g 0,41g 0,00g	8,67g 11,23g 4,65g	10,76g 4,67g 2,16g	3,28g 10,25g 4,64g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
27,15g 5,00g 1,13g	29,57g 5,00g 1,13g	27,49g 5,00g 1,46g	31,55g 19,98g 0,11g	28,74g 5,00g 0,32g	
allergének: 1,7,3	1,7	1,7	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