LAKTÓZMENTES Bölcsődei étlap tipegő és nagycsoportos gyermekek számára 2025. április 28-tól május 02-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Im. Karamell, Im. Vaj, Korpás zsemle, Zöldpaprika	Erdei gy. Tea, Liga margarin, Zalai felvágott, Félbarna kenyér, Kígyóuborka	Im. Tej, Im. Kockasajt, Kukoricás kenyér, Kápiapaprika	_____	_____
	E 269 F 11 Zs: 10,5 Sz 31,5 Tzs: 5,5 C 5 S 0	E 185 F 7,1 Zs: 7,1 Sz 22,1 Tzs: 2,3 C 5 S 0,2	E 290 F 12,9 Zs: 13,5 Sz 28,1 Tzs: 7,5 C 0 S 0	E F Zs: Sz Tzs: C S	E F Zs: Sz Tzs: C S
Allergének					
Tízórai	Körte ivólé	Őszibarack ivólé	Limonádé		
	E 123 F Zs: Sz 29,5 Tzs: C - S	E 85 F - Zs: - Sz 20,3 Tzs: C - S -	E 44 F - Zs: - Sz 9,6 Tzs: C 5 S -	E F - Zs: - Sz Tzs: C S -	E F - Zs: SZ Tzs: C S -
Allergének	----------	----------	----------	----------	----------
Ebéd	Im. Vegyesfőzelék, Baromfivagdalt, Alma	Tarhonyáshús, Céklasaláta, Narancs	Serpenyős burgonya virslivel, Csemege uborka, Banán	MUNKA ÜNNEPE	_____
	E 364 F 18 Zs: 16 Sz 35,6 Tzs: 3,2 C 0 S 0,7	E 442 F 22,2 Zs: 14,2 Sz 54,9 Tzs: 2,9 C 2,5 S 0,6	E 350 F 8,4 Zs: 11,6 Sz 51,5 Tzs: 2,4 C 0 S 0,4	E F 20,2 Zs: Sz 58,1 Tzs: C S 0,3	E F Zs: SZ Tzs: C S
Allergének					
Uzsonna	Csipkebogyó tea Im. Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Im. Szamócás gyümölcsjoghurt, Vizes kifli	Citromos tea, Im. Halpástétom, Teljes kiőrlésű kenyér, Piros retek	_____	_____
	E 178 F 6,4 Zs: 4,4 Sz 27,2 Tzs: 1,2 C 5 S 0,3	E 229 F 8,1 Zs: 3,4 Sz 40,4 Tzs: 1,8 C 0 S 0	E 189 F 8,2 Zs: 5,1 Sz 26,7 Tzs: 1,5 C 5 S 0	E F Zs: Sz Tzs: C S	E F Zs: Sz Tzs: C S
Allergének					
Tápanyag össz:	E:934kcal, F:35,9g, Zs:31,2g, Tzs:10g, Sz:124g, C:10g, **S:1g**	E:940kcal, F:38g, Zs:24,9g, Tzs:7,2g, Sz:137,8g, C:7,5g, **S:0,8g**	E:873kcal, F:29,8g, Zs:30,4g, Tzs:11,4g, Sz:116g, C:10g, **S:0,4g**	E:kcal, F:g, Zs:g, Tzs:g, Sz:g, C:g, **S:g**	E:kcal, F:g, Zs:g, Tzs:g, Sz:g, C:g, **S:g**

Jelmagyarázat: Energia: E(kcal), Fehérje: F(g); Zsír: Zs(g); Szénhidrát: Sz(g); Telített zsírsav: T.zs, Hozzáadott cukor:C (g)Hozzáadott só: S.(g)
Tejmentes: Tm., Diétás étkeztetést is tudunk biztosítani. Indokolt esetben az étlapváltoztatásához hozzájárulok:

bölcsődevezető Élelmezésvezető dietetikus: Aranyi Margit