

2024 Vidámságok Háza Bölcsőde 16. hét

	HÉTFŐ 15	KEDD 16	SZERDA 17	CSÜTÖRTÖK 18	PÉNTEK 19
Reggeli	Gyümölcsstea Tojásrántotta Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcsstea Avokádó krém Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	
	allergén G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):278.56 Zsír(g):10.70 Tel.zs(g):0.02 Feh.(g):11.12 Széh.(g):33.61 Cukor(g):0.43 Só(g):0.91)	allergén G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):195.63 Zsír(g):7.51 Tel.zs(g):0.01 Feh.(g):4.16 Széh.(g):27.90 Cukor(g):0.34 Só(g):0.58)	allergén G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):145.31 Zsír(g):1.95 Tel.zs(g):0.12 Feh.(g):6.57 Széh.(g):23.98 Cukor(g):0.56 Só(g):0.56)	allergén: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):146.06 Zsír(g):2.59 Tel.zs(g):0.46 Feh.(g):7.00 Széh.(g):22.56 Cukor(g):0.29 Só(g):0.78)	
Tízórai	gyümölcs	gyümölcs	gyümölcs	gyümölcs	
Ebéd	Panírozott trappista sütőben sütva Tökfőzelék	Vagdalt pogácsa Burgonyafőzelék	Bakonyi csirkeragu Bulgur	Paradicsomos húsgombóc	Nevelés nélküli munkanap
	allergén: G, T, Sz, Sze, D, Must (Energ.(Kcal):300.75 Zsír(g):19.43 Tel.zs(g):3.93 Feh.(g):8.33 Széh.(g):23.93 Cukor(g):1.46 Só(g):0.75)	allergén: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):418.31 Zsír(g):10.06 Tel.zs(g):1.14 Feh.(g):15.85 Széh.(g):61.90 Cukor(g):17.03 Só(g):0.74)	allergén: G, T, Sze, Sz, D, M (Energ.(Kcal):320.37 Zsír(g):10.64 Tel.zs(g):1.13 Feh.(g):18.03 Széh.(g):39.96 Cukor(g):0.50 Só(g):0.50)	allergén: G, To, Z (Energ.(Kcal):363.65 Zsír(g):11.24 Feh.(g):14.67 Széh.(g):48.03 Só(g):0.66)	
Uzsonna	Szívecske joghurt Korpvit keksz	Túró rudi Gyümölcs	100%-os gyümölcslé Zabfalat	Sajtrudacska Kifli	
	allergén G, T, To, Sze, D, Szulfít (Energ.(Kcal):219.76 Zsír(g):3.32 Tel.zs(g):1.67 Feh.(g):5.56 Széh.(g):38.96 Cukor(g):26.56 Só(g):0.05)	allergén: T, M, Sz, D (Energ.(Kcal):130.67 Zsír(g):5.40 Feh.(g):3.28 Széh.(g):16.60 Só(g):0.10)	allergén G, T, To,Sze, D (Energ.(Kcal):229.28 Zsír(g):7.17 Tel.zs(g):1.82 Feh.(g):5.55 Széh.(g):34.59 Cukor(g):21.10)	allergén: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):184.90 Zsír(g):5.03 Tel.zs(g):2.85 Feh.(g):8.58 Széh.(g):25.50 Cukor(g):1.57 Só(g):0.87)	
Változtatás jogát fenntartom					
Tésztáink, tojás nélküli durumbúzából készültek. Jelmagyarázat:G=glutén To=tojás L=laktóz T=tej M=mogyoró D=dió Z=zeller Sz=szójabab Mu=mustár Sze=szezám H=hal En=energia, Feh=fehérje, Zs=zsír, Széh=szénhidrát Uzsonna mellé minden nap biztosított a tej , az előírt napi fehérje és kalcium bevitel miatt.					