

Heti étlap: 2021.10.04. - 2021.10.10. A menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

Baktalórántházai Összevont Konyhai Intézmény, 4561 Baktalórántháza, Petőfi út 4.

	2021.10.04. hétfő	2021.10.05. kedd	2021.10.06. szerda	2021.10.07. csütörtök	2021.10.08. péntek	2021.10.09. szombat
Reggeli	Méz Gyümölcs tea Teljeskiőrlésű kenyér Delma csészés margarin/500gr/	Olasz felvágott TV-Paprika zöld Delma csészés margarin/500gr/ Teljeskiőrlésű kenyér Tej (pasztőrözött; 2,8 %)	Formázott pulykasonka Tej (pasztőrözött; 2,8 %) Teljeskiőrlésű kenyér Paradicsom Delma csészés margarin/500gr/	Kakaó Margaréta 100 g	Gépsonka Gyümölcs tea Teljeskiőrlésű kenyér Uborka Delma csészés margarin/500gr/	
	<i>Tápérték / Allergének: En: 348 kj /83 kc Fehérje: 1,5 gr Szh.: 29 gr Cuk:21,5gr Só:0,5 gr Zsír:4,1 gr Tzs:1,1 gr Kalc:0 gr Glutén</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 975 kj /232 kc Fehérje: 10,4 gr Szh.: 18 gr Cuk:0,2gr Só:1,2 gr Zsír:15,8 gr Tzs:4,1 gr Kalc:0 gr Glutén, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 833 kj /198 kc Fehérje: 9,7 gr Szh.: 20 gr Cuk:0,2gr Só:1,2 gr Zsír:11,9 gr Tzs:4,8 gr Kalc:0 gr Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 1094 kj /261 kc Fehérje: 8,4 gr Szh.: 31 gr Cuk:8,1gr Só:0,4 gr Zsír:11,1 gr Tzs:3,8 gr Kalc:0 gr Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 442 kj /105 kc Fehérje: 6,5 gr Szh.: 14 gr Cuk:5,3gr Só:0,8 gr Zsír:5,6 gr Tzs:1,1 gr Kalc:0 gr Glutén</i>	
Tízórai	Joghurtital 125g	Körte	Szőlő	Gyümölcs püré 120gr	Vegyes gyümölcs turmix	
	<i>Tápérték / Allergének: En: 308 kj /73 kc Fehérje: 2,9 gr Szh.: 14 gr Cuk:13,2gr Só:0,1 gr Zsír:0,8 gr Tzs:0,5 gr Kalc:0 gr Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 125 kj /30 kc Fehérje: 0,2 gr Szh.: 7 gr Cuk:0gr Só:0 gr Zsír:0,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 203 kj /48 kc Fehérje: 0,4 gr Szh.: 11 gr Cuk:0gr Só:0 gr Zsír:0,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 65 kj /15 kc Fehérje: 0,2 gr Szh.: 16 gr Cuk:12,3gr Só:0 gr Zsír:0 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 696 kj /166 kc Fehérje: 6,6 gr Szh.: 23 gr Cuk:0,8gr Só:0,2 gr Zsír:6,1 gr Tzs:3 gr Kalc:0 gr Tej</i>	

Ebéd	Zöldborsóleves Rakott brokkoli	Darált hús Burgonyafőzelék	Sertéstokány Kuszkusz Almakompót	Karalábéleves tejfölös Grillezett csirkemell Zöldségköret	Gulyásleves Tejbegríz	
	<i>Tápérték / Allergének: En: 1444 kj /344 kc Fehérje: 27,4 gr Szh.: 42 gr Cuk:0,8gr Só:1,5 gr Zsír:14,9 gr Tzs:4,3 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 1016 kj /242 kc Fehérje: 14,1 gr Szh.: 25 gr Cuk:0,4gr Só:0,7 gr Zsír:9,7 gr Tzs:2,2 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 1373 kj /327 kc Fehérje: 17,1 gr Szh.: 47 gr Cuk:3,4gr Só:1,7 gr Zsír:7,6 gr Tzs:1,9 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 982 kj /234 kc Fehérje: 18,6 gr Szh.: 21 gr Cuk:0,9gr Só:0,7 gr Zsír:10,5 gr Tzs:2,4 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 1668 kj /397 kc Fehérje: 20,3 gr Szh.: 51 gr Cuk:10,3gr Só:1,2 gr Zsír:12,3 gr Tzs:5,4 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i>	
Uzsonna	Teljeskiörlésű kenyér Uborka Körözött	Vajaskenyér Uborka	Joghurtital 125g Korpás kifli	Tojáskrém Teljeskiörlésű kenyér Tej (pasztőrözött; 2,8 %) TV-Paprika zöld	Delma csészés margarin/500gr/ Alma Teljeskiörlésű kenyér	
	<i>Tápérték / Allergének: En: 257 kj /61 kc Fehérje: 3,7 gr Szh.: 9 gr Cuk:0,1gr Só:0,6 gr Zsír:1,2 gr Tzs:0,6 gr Kalc:0 gr Glutén, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 202 kj /48 kc Fehérje: 1,6 gr Szh.: 8 gr Cuk:0gr Só:0,5 gr Zsír:3,3 gr Tzs:0,9 gr Kalc:0 gr Glutén</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 1216 kj /290 kc Fehérje: 9 gr Szh.: 57 gr Cuk:13,8gr Só:1,2 gr Zsír:1,8 gr Tzs:0,8 gr Kalc:0 gr Glutén, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 831 kj /198 kc Fehérje: 10 gr Szh.: 19 gr Cuk:0,2gr Só:1,1 gr Zsír:9,3 gr Tzs:5,2 gr Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>Tápérték / Allergének: En: 262 kj /62 kc Fehérje: 1,3 gr Szh.: 12 gr Cuk:0gr Só:0,5 gr Zsír:4,3 gr Tzs:1,1 gr Kalc:0 gr Glutén</i>	

	2021.10.04. hétfő	2021.10.05. kedd	2021.10.06. szerda	2021.10.07. csütörtök	2021.10.08. péntek	2021.10.09. szombat
Tápanyérték össz.	En: 2358 kj /561 kc Fehérje: 35,5 gr Szh.: 93,2 gr Cuk:35,7gr Só:2,7 grZsír:21 grTzs:6,5 gr Kalc:0 gr	En: 2319 kj /552 kc Fehérje: 26,4 gr Szh.: 58,4 gr Cuk:0,7gr Só:2,5 grZsír:29 grTzs:7,2 gr Kalc:0 gr	En: 3626 kj /863 kc Fehérje: 36,1 gr Szh.: 134,6 gr Cuk:17,4gr Só:4,1 grZsír:21,6 grTzs:7,5 gr Kalc:0 gr	En: 2972 kj /708 kc Fehérje: 37,3 gr Szh.: 86,1 gr Cuk:21,5gr Só:2,1 grZsír:30,9 grTzs:11,3 gr Kalc:0 gr	En: 3068 kj /730 kc Fehérje: 34,7 gr Szh.: 99,4 gr Cuk:16,5gr Só:2,8 grZsír:28,3 grTzs:10,6 gr Kalc:0 gr	