

Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0036
1202 Bp., Lázár utca 3-5.
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

Bölcsöde

2024.01.08 - 2024.01.14

Étkezés / Menü	Hétfő 01.08	Kedd 01.09	Szerda 01.10	Csütörtök 01.11	Péntek 01.12
reggeli / BN	Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Kockasajt (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.5 g; fehérje 13.641 g; hozzáadott cukor 7.3955 g; só 1.26 g; szénhidrát 40.84 g; telített zsírsav 2.7836 g; zsír 5.327 g; energia 268.584 kcal; energia 1123.39 kJ; koleszterin 18.25 mg;	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) Sajtos kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.22715 g; fehérje 13.2465 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.13325 g; szénhidrát 40.987 g; telített zsírsav 3.3248 g; zsír 5.955 g; energia 271.996 kcal; energia 1137.2 kJ; koleszterin 19.9 mg;	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) Brokkolis zöldségpástétom Eurofood Zsemle (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 1.515 g; fehérje 11.728 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.3605 g; szénhidrát 46.776 g; telített zsírsav 1.759 g; zsír 3.372 g; energia 265.443 kcal; energia 1109.82 kJ; koleszterin 10.4 mg;	Gyümölcs tea (12;) Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Forralt tej (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 2.48 g; fehérje 13.233 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.1445 g; szénhidrát 37.755 g; telített zsírsav 3.6476 g; zsír 7.877 g; energia 276.321 kcal; energia 1155.33 kJ; koleszterin 44 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Gyümölcs tea (12;) Vajkrém ízesített (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 2.55 g; fehérje 11.339 g; hozzáadott cukor 13.986 g; só 1.07198 g; szénhidrát 48.245 g; telített zsírsav 3.6952 g; zsír 7.537 g; energia 307.802 kcal; energia 1286.88 kJ; koleszterin 21.9 mg;
tízórai / BN	Narancs élelmi rost 1.98 g; fehérje 0.54 g; só 0.00585 g; szénhidrát 7.65 g; zsír 0.18 g; energia 37.269 kcal; energia 155.798 kJ;	Narancs élelmi rost 1.98 g; fehérje 0.54 g; só 0.00585 g; szénhidrát 7.65 g; zsír 0.18 g; energia 37.269 kcal; energia 155.798 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Mandarin élelmi rost 1.71 g; fehérje 0.63 g; só 0.0027 g; szénhidrát 8.82 g; zsír 0.27 g; energia 42.201 kcal; energia 176.382 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;
ebéd / BN	Gulyásleves (1;3;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaósztórás (1;5;6;7;8;) Alma élelmi rost 6.978 g; fehérje 17.703 g; hozzáadott cukor 26.978 g; só 0.768775 g; szénhidrát 76.568 g; telített zsírsav 5.58 g; zsír 16.301 g; energia 528.88 kcal; energia 2210.97 kJ; koleszterin 38.881 mg;	Natúr sertésszelet (1;10;12;) Tejfölös burgonyafőzelék (1;7;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 5.632 g; fehérje 19.61 g; só 1.834 g; szénhidrát 55.257 g; telített zsírsav 4.53 g; zsír 16.347 g; energia 450.554 kcal; energia 1883.3 kJ; koleszterin 46 mg;	Paradicsomleves (1;3;9;10;12;) Hentestokány (1;6;7;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 6.389 g; fehérje 17.141 g; hozzáadott cukor 13.996 g; só 2.237 g; szénhidrát 62.75 g; telített zsírsav 5.027 g; zsír 22.155 g; energia 511.954 kcal; energia 2139.97 kJ; koleszterin 34.011 mg;	Pirított csirkemáj (9;10;12;) Petrezselymes burgonya (12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 4.942 g; fehérje 16.328 g; só 1.63 g; szénhidrát 34.841 g; telített zsírsav 1.594 g; zsír 8.605 g; energia 285.868 kcal; energia 1194.9 kJ; koleszterin 333 mg;	Fokhagymás sertéssült (1;12;) Finomfőzelék (1;7;12;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 6.776 g; fehérje 22.833 g; hozzáadott cukor 0.999 g; só 2.0445 g; szénhidrát 53.898 g; telített zsírsav 2.669 g; zsír 11.933 g; energia 417.471 kcal; energia 1745.08 kJ; koleszterin 35.82 mg;
uzsonna / BN	Csirkemell sonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.19 g; só 1.2328 g; szénhidrát 29.59 g; telített zsírsav 1.1545 g; zsír 4.06 g; energia 188.558 kcal; energia 788.172 kJ; koleszterin 14.75 mg;	Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Póréhagyma élelmi rost 2.7529 g; fehérje 6.558 g; hozzáadott cukor 0.046 g; só 0.810875 g; szénhidrát 21.732 g; telített zsírsav 0.775 g; zsír 2.884 g; energia 140.631 kcal; energia 588.369 kJ; koleszterin 64.8 mg;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 1.96 g; fehérje 6.42 g; só 1.275 g; szénhidrát 21.05 g; telített zsírsav 2.1623 g; zsír 6.885 g; energia 172.667 kcal; energia 721.749 kJ; koleszterin 11.45 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 1.701 g; fehérje 10.6 g; só 1.379 g; szénhidrát 29.2 g; telített zsírsav 4.6475 g; zsír 9.49 g; energia 245.781 kcal; energia 1027.36 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Gyümölcsjoghurt poharas (1;7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.905 g; fehérje 10.29 g; hozzáadott cukor 12.99 g; só 1.27733 g; szénhidrát 50.95 g; telített zsírsav 3.2514 g; zsír 6.14 g; energia 302.8 kcal; energia 1265.31 kJ; koleszterin 19.52 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek