

Étlap (allergén, élettani érték)



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

Bölcsőde

2024.01.15 - 2024.01.21

| Étkezés / Menü | Hétfő 01.15 | Kedd 01.16 | Szerda 01.17 | Csütörtök 01.18 | Péntek 01.19 |
|---------------------|--|--|--|--|--|
| reggeli / BN | Forralt tej (7;) Vajkrém ízesített (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Gyümölcs tea (12;) élelmi rost 2.48 g; fehérje 11.098 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.733375 g; szénhidrát 37.91 g; telített zsírsav 3.6812 g; zsír 7.722 g; energia 266.961 kcal; energia 1116.2 kJ; koleszterin 21.9 mg; | Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Gépsonka (1;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 1.96 g; fehérje 14.498 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.33988 g; szénhidrát 39.296 g; telített zsírsav 3.0688 g; zsír 7.987 g; energia 288.248 kcal; energia 1205.14 kJ; koleszterin 23.35 mg; | Kakaó (1;5;6;7;8;) Gyümölcs tea (12;) kuglóf (1;3;6;7;) élelmi rost 3.0559 g; fehérje 12.1125 g; hozzáadott cukor 18.981 g; só 0.290525 g; szénhidrát 53.9255 g; telített zsírsav 3.9134 g; zsír 7.6855 g; energia 335.082 kcal; energia 1400.93 kJ; koleszterin 36.65 mg; | Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Barack lekvár (12;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 1.695 g; fehérje 11.708 g; hozzáadott cukor 12.423 g; só 1.157 g; szénhidrát 52.74 g; telített zsírsav 2.7033 g; zsír 6.852 g; energia 321.335 kcal; energia 1343.44 kJ; koleszterin 10.6 mg; | Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 2.666 g; fehérje 13.433 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.151 g; szénhidrát 38.095 g; telített zsírsav 3.6476 g; zsír 7.897 g; energia 278.673 kcal; energia 1165.16 kJ; koleszterin 44 mg; |
| tízórai / BN | 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; | 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; | 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; | Banán élelmi rost 1.8 g; fehérje 1.17 g; só 0.0495 g; szénhidrát 21.78 g; zsír 0.09 g; energia 94.473 kcal; energia 394.895 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; |
| ebéd / BN | Húsgaluskaleves (1;3;9;10;12;) Gránátos kocka (1;3;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 6.411 g; fehérje 13.708 g; hozzáadott cukor 0.012 g; só 2.016 g; szénhidrát 59.657 g; telített zsírsav 3.016 g; zsír 15.496 g; energia 436.802 kcal; energia 1825.82 kJ; koleszterin 38.35 mg; | Főtt baromfivirslis (9;10;) Tökfőzelék (1;7;12;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 5.043 g; fehérje 17.702 g; hozzáadott cukor 1.499 g; só 2.5205 g; szénhidrát 48.742 g; telített zsírsav 5.411 g; zsír 19.729 g; energia 446.132 kcal; energia 1864.84 kJ; koleszterin 60.75 mg; | Fahéjas almaleves (1;3;5;6;7;8;10;12;) Bácsi rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Ecetes cékla édesítőszerrel (12;) élelmi rost 4.021 g; fehérje 12.1846 g; hozzáadott cukor 12.3876 g; só 1.45087 g; szénhidrát 63.56 g; telített zsírsav 5.164 g; zsír 17.462 g; energia 463.579 kcal; energia 1937.74 kJ; koleszterin 33.2 mg; | Rántott panírozott halrúd (1;3;4;5;6;7;8;9;10;11;14;) Parajfőzelék (1;7;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) cukor 0.455 g; élelmi rost 3.985 g; fehérje 18.926 g; só 2.932 g; szénhidrát 49.811 g; telített zsírsav 2.326 g; zsír 16.419 g; energia 424.852 kcal; energia 1775.99 kJ; koleszterin 4.16 mg; | Sertés húspogácsa* (10;12;) Paradicsommártás (1;9;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) élelmi rost 5.203 g; fehérje 17.703 g; hozzáadott cukor 20.979 g; só 2.352 g; szénhidrát 69.959 g; telített zsírsav 2.36 g; zsír 11.837 g; energia 462.023 kcal; energia 1931.23 kJ; koleszterin 34 mg; |
| uzsonna / BN | Vajkrém ízesített (7;) Zsemle (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 5.19 g; só 0.790475 g; szénhidrát 29.3 g; telített zsírsav 2.0582 g; zsír 4.41 g; energia 178.498 kcal; energia 746.13 kJ; koleszterin 11.5 mg; | Körözött (1;5;6;7;8;9;10;) Zsemle (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 1.96225 g; fehérje 6.47681 g; só 1.15448 g; szénhidrát 29.6677 g; telített zsírsav 1.58169 g; zsír 3.35243 g; energia 175.588 kcal; energia 733.962 kJ; koleszterin 5.9532 mg; | Sertésspárizsi (1;6;7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 3.02 g; fehérje 6.125 g; só 0.94025 g; szénhidrát 21.15 g; telített zsírsav 2.11626 g; zsír 6.99 g; energia 173.795 kcal; energia 726.962 kJ; koleszterin 11.45 mg; | Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Póréhagyma élelmi rost 2.1189 g; fehérje 6.574 g; só 1.27587 g; szénhidrát 21.491 g; telített zsírsav 2.1623 g; zsír 6.906 g; energia 175.249 kcal; energia 732.539 kJ; koleszterin 11.45 mg; | Poharas kefir (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 10.65 g; só 1.3125 g; szénhidrát 36.55 g; telített zsírsav 3.5445 g; zsír 6.65 g; energia 249.825 kcal; energia 1044.33 kJ; koleszterin 21.35 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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek