

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Bölcsőde

2024.01.22 - 2024.01.28

Étkezés / Menü	Hétfő 01.22	Kedd 01.23	Szerda 01.24	Csütörtök 01.25	Péntek 01.26
reggeli / BN	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) Vajkrém ízesített (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 2.146 g; fehérje 11.428 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.07425 g; szénhidrát 39.41 g; telített zsírsav 5.6144 g; zsír 11.422 g; energia 307.785 kcal; energia 1286.81 kJ; koleszterin 33.4 mg;	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) Karfiolos zöldségpástétom Eurofood Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 2.48 g; fehérje 10.848 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.132 g; szénhidrát 37.71 g; telített zsírsav 1.748 g; zsír 3.722 g; energia 228.981 kcal; energia 957.444 kJ; koleszterin 10.4 mg;	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) Csirkemell sonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 1.96 g; fehérje 14.218 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.5103 g; szénhidrát 39.76 g; telített zsírsav 2.7775 g; zsír 7.112 g; energia 281.431 kcal; energia 1176.64 kJ; koleszterin 25.15 mg;	Kakaó (1;5;6;7;8;) Gyümölcs tea (12;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) élelmi rost 2.254 g; fehérje 12.999 g; hozzáadott cukor 17.4825 g; só 0.787464 g; szénhidrát 57.34 g; telített zsírsav 3.99765 g; zsír 8.6065 g; energia 360.707 kcal; energia 1508.01 kJ; koleszterin 44.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Házi vitaminos túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 2.675 g; fehérje 12.635 g; hozzáadott cukor 7.03 g; só 1.3216 g; szénhidrát 40.932 g; telített zsírsav 2.481 g; zsír 4.86 g; energia 259.581 kcal; energia 1085.31 kJ; koleszterin 13.39 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;	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;	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;	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;
ebéd / BN	Frankfurti leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejben rizs (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Alma élelmi rost 6.985 g; fehérje 12.115 g; hozzáadott cukor 31.469 g; só 1.82778 g; szénhidrát 85.638 g; telített zsírsav 4.716 g; zsír 12.576 g; energia 508.204 kcal; energia 2124.47 kJ; koleszterin 20.456 mg;	Sertéspörkölt (1;9;10;12;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 7.702 g; fehérje 25.55 g; hozzáadott cukor 1.998 g; só 2.0265 g; szénhidrát 56.46 g; telített zsírsav 6.433 g; zsír 23.784 g; energia 545.689 kcal; energia 2281.02 kJ; koleszterin 42.36 mg;	Hüsgombóc (3;10;12;) Sóska mártás (1;7;9;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) élelmi rost 6.413 g; fehérje 16.27 g; hozzáadott cukor 11.988 g; só 1.843 g; szénhidrát 64.684 g; telített zsírsav 6.227 g; zsír 19.935 g; energia 511.191 kcal; energia 2136.74 kJ; koleszterin 54.05 mg;	Főtt sertéshús Alma mártás (1;7;8;10;12;) Pirított dara (1;) élelmi rost 3.92 g; fehérje 18.19 g; hozzáadott cukor 4.995 g; só 1.675 g; szénhidrát 46.709 g; telített zsírsav 4.211 g; zsír 11.145 g; energia 361.47 kcal; energia 1510.93 kJ; koleszterin 52.8 mg;	Sió almalé 100% Sajt-tejföl feltét (7;) Főtt durum spagetti (1;3;) élelmi rost 3.36 g; fehérje 14.465 g; só 1.07 g; szénhidrát 76.53 g; telített zsírsav 7.023 g; zsír 22.571 g; energia 573.734 kcal; energia 2397.97 kJ; koleszterin 32 mg;
uzsonna / BN	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 7.2 g; só 1.2625 g; szénhidrát 28.63 g; telített zsírsav 2.1673 g; zsír 6.835 g; energia 205.815 kcal; energia 860.307 kJ; koleszterin 11.45 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.055 g; fehérje 7.613 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9825 g; szénhidrát 30.67 g; telített zsírsav 1.1606 g; zsír 2.275 g; energia 175.711 kcal; energia 734.92 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 1.515 g; fehérje 10.62 g; só 1.3805 g; szénhidrát 29.386 g; telített zsírsav 4.6535 g; zsír 9.49 g; energia 246.251 kcal; energia 1029.33 kJ; koleszterin 20.2 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;	Poharas joghurt (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 13.8875 g; só 1.09375 g; szénhidrát 40.82 g; telített zsírsav 1.9625 g; zsír 3.4125 g; energia 255.95 kcal; energia 1069.74 kJ; koleszterin 10.5 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélek; 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