

Étlap (allergén, élettani érték)



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

Bölcsőde

2024.02.26 - 2024.03.03

Étkezés / Menü	Hétfő 02.26	Kedd 02.27	Szerda 02.28	Csütörtök 02.29	Péntek 03.01
reggeli / BN	Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Tejszínes krémsajt (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 2.48 g; fehérje 11.408 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.982 g; szénhidrát 38.33 g; telített zsírsav 5.2048 g; zsír 8.962 g; energia 281.109 kcal; energia 1175.34 kJ; koleszterin 29.6 mg;	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) kakaós kalács (1;3;5;6;7;8;) élelmi rost 1.32 g; fehérje 11.524 g; hozzáadott cukor 9.7902 g; só 0.682171 g; szénhidrát 43.6932 g; telített zsírsav 3.35972 g; zsír 7.208 g; energia 287.281 kcal; energia 1201.09 kJ; koleszterin 38 mg;	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) Virágméz Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 1.96 g; fehérje 10.928 g; hozzáadott cukor 15.093 g; só 1.16685 g; szénhidrát 46.81 g; telített zsírsav 2.6983 g; zsír 6.902 g; energia 294.644 kcal; energia 1231.87 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Házi körözött (1;3;6;7;8;9;10;12;) Zsemle (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.203 g; fehérje 13.755 g; hozzáadott cukor 7.034 g; só 1.3545 g; szénhidrát 49.03 g; telített zsírsav 2.637 g; zsír 5.052 g; energia 299.321 kcal; energia 1251.86 kJ; koleszterin 13.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) Zöldpaprika élelmi rost 6.11885 g; fehérje 18.0881 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.40679 g; szénhidrát 42.9856 g; telített zsírsav 6.223 g; zsír 12.9561 g; energia 362.798 kcal; energia 1516.76 kJ; koleszterin 30.6 mg;
tízórai / BN	Alma élelmi rost 2.3 g; fehérje 0.4 g; só 0.00975 g; szénhidrát 7 g; zsír 0.4 g; energia 34.79 kcal; energia 145.414 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 3.91 g; fehérje 0.68 g; só 0.016575 g; szénhidrát 11.9 g; zsír 0.68 g; energia 59.143 kcal; energia 247.204 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;
ebéd / BN	Húsos karfiollevés (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejben rizs (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) élelmi rost 3.135 g; fehérje 15.868 g; hozzáadott cukor 30.97 g; só 1.04 g; szénhidrát 79.196 g; telített zsírsav 6.222 g; zsír 16.802 g; energia 534.153 kcal; energia 2232.95 kJ; koleszterin 47.756 mg;	Sió almálé 100% Főtt tojás (3;) Parajfőzelék (1;7;10;12;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 4.3 g; fehérje 14.991 g; só 1.5535 g; szénhidrát 71.791 g; telített zsírsav 2.338 g; zsír 10.54 g; energia 449.425 kcal; energia 1879.49 kJ; koleszterin 139.16 mg;	Tavaszi rizses csirke (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) Mandarin élelmi rost 6.993 g; fehérje 26.328 g; só 1.9847 g; szénhidrát 95.74 g; telített zsírsav 2.321 g; zsír 14.506 g; energia 624.174 kcal; energia 2609.02 kJ; koleszterin 55.125 mg;	Főtt baromfivirslí (9;10;) Tökfőzelék (1;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 5.488 g; fehérje 16.922 g; hozzáadott cukor 1.499 g; só 2.533 g; szénhidrát 41.162 g; telített zsírsav 5.406 g; zsír 19.779 g; energia 412.984 kcal; energia 1726.28 kJ; koleszterin 60.75 mg;	Rántott panírozott halrúd (1;3;4;5;6;7;8;9;10;11;14;) Karfiolfőzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle (1;6;7;) cukor 0.455 g; élelmi rost 5.572 g; fehérje 18.42 g; hozzáadott cukor 0.999 g; só 2.8945 g; szénhidrát 56.588 g; telített zsírsav 3.629 g; zsír 18.384 g; energia 467.908 kcal; energia 1955.87 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / BN	Csirkemell sonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 9.54 g; só 1.3495 g; szénhidrát 30.54 g; telített zsírsav 1.1809 g; zsír 4.19 g; energia 198.977 kcal; energia 831.726 kJ; koleszterin 19.6 mg;	Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 1.96 g; fehérje 6.525 g; só 1.2205 g; szénhidrát 21.491 g; telített zsírsav 2.0256 g; zsír 4.575 g; energia 153.614 kcal; energia 642.115 kJ; koleszterin 33.6 mg;	Kockasajt (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Póréhagyma élelmi rost 5.88375 g; fehérje 8.2671 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.719065 g; szénhidrát 25.7666 g; telített zsírsav 1.0941 g; zsír 2.6801 g; energia 161.323 kcal; energia 674.325 kJ; koleszterin 7.84999 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;	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 - 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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek