

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Bölcsőde

2024.03.11 - 2024.03.17

| Étkezés / Menü | Hétfő 03.11 | Kedd 03.12 | Szerda 03.13 | Csütörtök 03.14 | Péntek 03.15 |
|---------------------|--|--|--|---|-----------------|
| reggeli / BN | <p>Forralt tej (7;) Barack lekvár (12;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Gyümölcs tea (12;)</p> <p>élelmi rost 2.66 g; fehérje 11.048 g; hozzáadott cukor 12.423 g; só 0.8365 g; szénhidrát 44.2 g; telített zsírsav 2.6983 g; zsír 7.222 g; energia 287.695 kcal; energia 1202.87 kJ; koleszterin 10.6 mg;</p> | <p>Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) Kígyóuborka (12;)</p> <p>élelmi rost 1.701 g; fehérje 15.918 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.267 g; szénhidrát 46.81 g; telített zsírsav 3.6363 g; zsír 10.472 g; energia 348.428 kcal; energia 1457.71 kJ; koleszterin 145.6 mg;</p> | <p>Gyümölcs tea (12;) Tejeskávé (1;5;7;) kuglóf (1;3;6;7;)</p> <p>élelmi rost 2.6479 g; fehérje 11.9375 g; hozzáadott cukor 18.981 g; só 0.293525 g; szénhidrát 55.5395 g; telített zsírsav 3.7224 g; zsír 7.4135 g; energia 338.402 kcal; energia 1414.81 kJ; koleszterin 36.65 mg;</p> | <p>Gyümölcs tea (12;) Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika</p> <p>élelmi rost 2.595 g; fehérje 4.459 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.1076 g; szénhidrát 29.562 g; telített zsírsav 0.718 g; zsír 5.151 g; energia 183.571 kcal; energia 767.332 kJ; koleszterin 4.76 mg;</p> | |
| tízórai / BN | <p>Alma</p> <p>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;</p> | <p>Banán</p> <p>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;</p> | <p>Mandarin</p> <p>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;</p> | <p>Alma</p> <p>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;</p> | |
| ebéd / BN | <p>Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Paradicsomos káposzta (1;10;12;)</p> <p>cukor 0.038 g; élelmi rost 6.751 g; fehérje 16.313 g; hozzáadott cukor 7.999 g; só 2.719 g; szénhidrát 55.117 g; telített zsírsav 4.75 g; zsír 20.276 g; energia 471.914 kcal; energia 1972.6 kJ; koleszterin 51.95 mg;</p> | <p>Csirkepörkölt (1;9;10;12;) Sárgarépas zellerfőzelék (1;7;9;12;) Zsemle (1;6;7;)</p> <p>élelmi rost 7.629 g; fehérje 19.646 g; só 1.9625 g; szénhidrát 47.336 g; telített zsírsav 2.249 g; zsír 13.539 g; energia 394.184 kcal; energia 1647.75 kJ; koleszterin 38.83 mg;</p> | <p>Sió almálé 100% Sült csirkecombfilé (10;12;) Karfiolfőzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;)</p> <p>élelmi rost 6.777 g; fehérje 8.875 g; hozzáadott cukor 0.999 g; só 1.433 g; szénhidrát 63.228 g; telített zsírsav 2.698 g; zsír 9.005 g; energia 375.185 kcal; energia 1568.05 kJ; koleszterin 12 mg;</p> | <p>Főtt baromfivirslis (9;10;) Finomfőzelék (1;7;12;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;)</p> <p>élelmi rost 7.063 g; fehérje 20.854 g; hozzáadott cukor 0.999 g; só 2.723 g; szénhidrát 46.491 g; telített zsírsav 3.571 g; zsír 15.523 g; energia 412.171 kcal; energia 1722.94 kJ; koleszterin 50.57 mg;</p> | |
| uzsonna / BN | <p>Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kifli (1;6;7;) Jégcsapretek</p> <p>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;</p> | <p>Gépsonka Kedvenc ízék Delma margarin (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;)</p> <p>élelmi rost 1.96 g; fehérje 7.47 g; só 1.06688 g; szénhidrát 21.02 g; telített zsírsav 1.4348 g; zsír 4.965 g; energia 159.397 kcal; energia 666.309 kJ; koleszterin 12.95 mg;</p> | <p>Sertéspárizsi KOMÉTA Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Póréhagyma</p> <p>cukor 0.015 g; élelmi rost 2.6389 g; fehérje 6.004 g; só 0.909125 g; szénhidrát 20.591 g; telített zsírsav 2.4053 g; zsír 7.541 g; energia 174.897 kcal; energia 710.552 kJ; koleszterin 0.2 mg;</p> | <p>Poharas joghurt (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;)</p> <p>élelmi rost 5.72485 g; fehérje 14.5276 g; só 0.86144 g; szénhidrát 36.5956 g; telített zsírsav 1.91 g; zsír 3.8366 g; energia 245.38 kcal; energia 1025.55 kJ; koleszterin 10.5 mg;</p> | |

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