

# Étlap (allergén, élettani érték)

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

Bölcsőde

2024.04.08 - 2024.04.14

Étkezés / Menü	Hétfő 04.08	Kedd 04.09	Szerda 04.10	Csütörtök 04.11	Péntek 04.12
<b>reggeli / BN</b>	Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Virsi baromfi (9;10;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Ketchup (1;9;) élelmi rost 2.99 g; fehérje 20.258 g; hozzáadott cukor 8.393 g; só 2.593 g; szénhidrát 52.89 g; telített zsírsav 3.844 g; zsír 11.422 g; energia 397.451 kcal; energia 1661.62 kJ; koleszterin 47.9 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;) Tejszínes krémsajt (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 1.96 g; fehérje 11.288 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.315 g; szénhidrát 39.29 g; telített zsírsav 5.2048 g; zsír 8.642 g; energia 281.601 kcal; energia 1177.36 kJ; koleszterin 29.6 mg;	Gyümölcs tea (12;) Forralt tej (7;) Tejfőlés túró (7;) Zsemle (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.055 g; fehérje 17.234 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.1175 g; szénhidrát 49.316 g; telített zsírsav 5.131 g; zsír 9.892 g; energia 358.079 kcal; energia 1497.46 kJ; koleszterin 28.7 mg;	Forralt tej (7;) Gyümölcs tea (12;) Virágméz Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 2.48 g; fehérje 11.048 g; hozzáadott cukor 15.093 g; só 0.83385 g; szénhidrát 45.85 g; telített zsírsav 2.6983 g; zsír 7.222 g; energia 294.152 kcal; energia 1229.86 kJ; koleszterin 10.6 mg;
<b>tízórai / BN</b>	Am a 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;	Körte élelmi rost 2.52 g; fehérje 0.36 g; só 0.005175 g; szénhidrát 10.8 g; zsír 0.27 g; energia 47.691 kcal; energia 199.363 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;	Am a 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;	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;
<b>ebéd / BN</b>	Szárnyasraguleves (1;3;9;10;12;) Darás metélt (1;3;) Barack lekvár (12;) élelmi rost 5.686 g; fehérje 17.677 g; hozzáadott cukor 10.865 g; só 1.217 g; szénhidrát 79.286 g; telített zsírsav 2.131 g; zsír 16.055 g; energia 535.573 kcal; energia 2238.71 kJ; koleszterin 30.713 mg;	Sült csirkemell csíkok (1;10;) Tejfőlés burgonyafőzelék (1;7;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) cukor 0.134 g; élelmi rost 5.65 g; fehérje 21.361 g; só 1.991 g; szénhidrát 54.929 g; telített zsírsav 3.378 g; zsír 14.279 g; energia 437.585 kcal; energia 1829.11 kJ; koleszterin 42 mg;	Bácsi rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) Alm a élelmi rost 6.264 g; fehérje 14.351 g; só 1.42958 g; szénhidrát 61.713 g; telített zsírsav 5.018 g; zsír 18.388 g; energia 474.582 kcal; energia 1983.72 kJ; koleszterin 34 mg;	Főtt tojás (3;) Tejfőlés zöldbabfőzelék (1;7;12;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 4.178 g; fehérje 13.616 g; hozzáadott cukor 1.998 g; só 1.4095 g; szénhidrát 47.059 g; telített zsírsav 3.701 g; zsír 13.414 g; energia 367.372 kcal; energia 1536.62 kJ; koleszterin 147 mg;	Sió almálé 100% Sertés húspogácsa* (10;12;) Sárgarépa főzelék (1;7;12;) élelmi rost 5.276 g; fehérje 14.452 g; hozzáadott cukor 2.997 g; só 2.895 g; szénhidrát 49.295 g; telített zsírsav 2.816 g; zsír 11.504 g; energia 365.401 kcal; energia 1527.12 kJ; koleszterin 38 mg;
<b>uzsonna / BN</b>	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Zöldpaprika élelmi rost 2.874 g; fehérje 9.98 g; só 1.0536 g; szénhidrát 20.92 g; telített zsírsav 4.6425 g; zsír 9.9 g; energia 213.707 kcal; energia 893.34 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Gépsonka Kedvenc ízek Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 2.326 g; fehérje 8.8 g; só 1.12565 g; szénhidrát 21.84 g; telített zsírsav 1.5645 g; zsír 5.36 g; energia 171.607 kcal; energia 717.36 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 2.666 g; fehérje 7.42 g; só 1.0235 g; szénhidrát 20.36 g; telített zsírsav 2.6528 g; zsír 6.28 g; energia 168.432 kcal; energia 704.088 kJ; koleszterin 44.8 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;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 7.473 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9505 g; szénhidrát 29.55 g; telített zsírsav 1.1466 g; zsír 2.235 g; energia 169.311 kcal; energia 707.72 kJ; koleszterin 7.84999 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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek