

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Bölcsőde

2023.09.11 - 2023.09.17

Étkezés / Menü	Hétfő 09.11	Kedd 09.12	Szerda 09.13	Csütörtök 09.14	Péntek 09.15
reggeli / BN	Gyümölcsstea (12;) Snidlinges túrókrém (7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 2.482 g; fehérje 6.419 g; hozzáadott cukor 2.997 g; só 0.801 g; szénhidrát 23.693 g; telített zsírsav 1.638 g; zsír 4.429 g; energia 161.162 kcal; energia 673.695 kJ; koleszterin 5.164 mg;	Vaníliás tej (1;7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 11.5 g; hozzáadott cukor 5.995 g; só 1.0525 g; szénhidrát 45.095 g; telített zsírsav 1.753 g; zsír 3.35 g; energia 257.691 kcal; energia 1077.41 kJ; koleszterin 10.4 mg;	Forralt tej (7;) Kockasajt (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 2.48 g; fehérje 13.613 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.895 g; szénhidrát 31.61 g; telített zsírsav 2.7696 g; zsír 5.60499 g; energia 232.671 kcal; energia 972.866 kJ; koleszterin 18.25 mg;	Kakaó (1;5;6;7;8;) kuglóf (1;3;6;7;) élelmi rost 3.0559 g; fehérje 12.1045 g; hozzáadott cukor 11.988 g; só 0.290525 g; szénhidrát 46.7755 g; telített zsírsav 3.9134 g; zsír 7.6835 g; energia 306.061 kcal; energia 1279.63 kJ; koleszterin 36.65 mg;	Gyümölcsstea (12;) Házi sajtkrém (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Zöldpaprika élelmi rost 2.874 g; fehérje 8.446 g; hozzáadott cukor 2.997 g; só 0.9906 g; szénhidrát 23.872 g; telített zsírsav 4.166 g; zsír 9.25 g; energia 213.618 kcal; energia 892.972 kJ; koleszterin 16.968 mg;
tízórai / BN	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;	Házi limonádé (12;) fehérje 0.008 g; hozzáadott cukor 4.995 g; só 0 g; szénhidrát 5.149 g; zsír 0.002 g; energia 20.979 kcal; energia 87.692 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;	Szilva élelmi rost 1.53 g; fehérje 0.72 g; só 0.008775 g; szénhidrát 9.18 g; energia 42.669 kcal; energia 178.371 kJ;
ebéd / BN	Magyaros karalábéleves (1;3;6;7;9;10;12;) Bolognai spagetti (1;3;10;12;) Reszelt sajt (7;) Am a élelmi rost 4.816 g; fehérje 22.559 g; hozzáadott cukor 0.005 g; só 2.01378 g; szénhidrát 39.046 g; telített zsírsav 5.2962 g; zsír 16.748 g; energia 400.652 kcal; energia 1674.7 kJ; koleszterin 64.925 mg;	Húsgombóc (3;10;12;) Paradicsommártás (1;9;12;) Főtt burgonya (12;) élelmi rost 4.725 g; fehérje 14.141 g; hozzáadott cukor 14.985 g; só 1.803 g; szénhidrát 64.598 g; telített zsírsav 4.205 g; zsír 15.7 g; energia 460.806 kcal; energia 1926.16 kJ; koleszterin 42.05 mg;	Sült pulykacskik (1;9;10;) Majorannás burgonyafőzelék (1;7;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) cukor 0.124 g; élelmi rost 5.847 g; fehérje 21.361 g; só 1.885 g; szénhidrát 56.488 g; telített zsírsav 3.548 g; zsír 15.318 g; energia 453.259 kcal; energia 1894.65 kJ; koleszterin 42 mg;	Vajasgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Főtt tojás (3;) Parajfőzelék (1;7;10;12;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 5.5822 g; fehérje 13.637 g; hozzáadott cukor 0.012 g; só 2.1305 g; szénhidrát 55.509 g; telített zsírsav 2.413 g; zsír 10.854 g; energia 377.37 kcal; energia 1577.51 kJ; koleszterin 24.944 mg;	Párolt csirkemell filé Almamártás (1;7;10;12;) Pirított dara (1;) élelmi rost 2.41 g; fehérje 17.715 g; hozzáadott cukor 4.995 g; só 0.922 g; szénhidrát 46.227 g; telített zsírsav 0.803 g; zsír 4.579 g; energia 298.377 kcal; energia 1247.2 kJ; koleszterin 30 mg;
uzsonna / BN	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 1.96 g; fehérje 9.84 g; só 1.393 g; szénhidrát 21.806 g; telített zsírsav 4.6485 g; zsír 9.54 g; energia 213.103 kcal; energia 890.776 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) Zöldpaprika élelmi rost 2.0302 g; fehérje 7.816 g; só 1.3271 g; szénhidrát 31.51 g; telített zsírsav 2.1773 g; zsír 6.923 g; energia 220.661 kcal; energia 922.366 kJ; koleszterin 11.45 mg;	Párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 2.326 g; fehérje 6.488 g; só 1.17705 g; szénhidrát 22.168 g; telített zsírsav 1.6878 g; zsír 6.274 g; energia 171.907 kcal; energia 718.578 kJ; koleszterin 11.45 mg;	Körözött (1;5;6;7;8;9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 1.87545 g; fehérje 6.81281 g; só 1.22238 g; szénhidrát 31.6877 g; telített zsírsav 1.59169 g; zsír 3.34043 g; energia 184.95 kcal; energia 773.089 kJ; koleszterin 5.9532 mg;	Gyümölcsjoghurt poharas (1;7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.905 g; fehérje 10.29 g; hozzáadott cukor 12.99 g; só 1.27733 g; szénhidrát 50.95 g; telített zsírsav 3.2514 g; zsír 6.14 g; energia 302.8 kcal; energia 1265.31 kJ; koleszterin 19.52 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélék; 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