

Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0017
1135 Bp., Reitter Ferenc utca 84.
Telefon: 329-84-11 Fax: 350-86-73

Bölcsőde

2023.05.29. - 2023.06.04.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.29	Kedd 05.30	Szerda 05.31	Csütörtök 06.01	Péntek 06.02
reggeli / G		Forralt tej (7;) Gyümölcsstea (12;) Harcspástétom zöldfűszeres 130g (4;9;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 1289.62 kJ; energia 308.544 kcal; fehérje 14.415 g; szénhidrát 40.647 g; zsír 9.625 g; telített zsírsav 4.166 g; élelmi rost 2.494 g; só 1.268 g; koleszterin 28.55 mg; hozzáadott cukor 2.997 g;	Gyümölcsstea (12;) Tejeskávé pótkávéból (1;5;7;) kakaós kalács (1;3;5;6;7;8;) energia 1514 kJ; energia 362.228 kcal; fehérje 12.808 g; szénhidrát 52.704 g; zsír 10.927 g; telített zsírsav 5.216 g; élelmi rost 1.828 g; só 0.75 g; koleszterin 54.5 mg; hozzáadott cukor 11.489 g;	Gyümölcsstea (12;) Forralt tej (7;) Akácméz Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 1366.31 kJ; energia 326.88 kcal; fehérje 12.053 g; szénhidrát 46.75 g; zsír 10.001 g; telített zsírsav 4.138 g; élelmi rost 3.1 g; só 0.911 g; koleszterin 20.2 mg; hozzáadott cukor 11.097 g;	Forralt tej (7;) Gyümölcsstea (12;) Túrókrém (7;) Zsemle (1;6;) energia 1256.79 kJ; energia 300.689 kcal; fehérje 13.711 g; szénhidrát 42.916 g; zsír 8.071 g; telített zsírsav 4.314 g; élelmi rost 1.515 g; só 1.418 g; koleszterin 26.76 mg; hozzáadott cukor 2.997 g;
tízórai / G		Alma energia 145.414 kJ; energia 34.79 kcal; fehérje 0.4 g; szénhidrát 7 g; zsír 0.4 g; élelmi rost 2.3 g; só 0.01 g;	Banán energia 351.018 kJ; energia 83.976 kcal; fehérje 1.04 g; szénhidrát 19.36 g; zsír 0.08 g; élelmi rost 1.6 g; só 0.044 g;	Körte energia 221.514 kJ; energia 52.99 kcal; fehérje 0.4 g; szénhidrát 12 g; zsír 0.3 g; élelmi rost 2.8 g; só 0.006 g;	Alma energia 145.414 kJ; energia 34.79 kcal; fehérje 0.4 g; szénhidrát 7 g; zsír 0.4 g; élelmi rost 2.3 g; só 0.01 g;
ebéd / G		Paradicsomleves (1;3;9;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;12;) Tejfölös burgonyafőzelék (1;7;10;12;) energia 2417.28 kJ; energia 578.303 kcal; fehérje 16.674 g; szénhidrát 61.927 g; zsír 28.805 g; telített zsírsav 7.789 g; élelmi rost 5.356 g; só 1.936 g; koleszterin 46 mg; hozzáadott cukor 13.996 g;	Párolt csirkemell filé Almás zellerfőzelék (1;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 1134.94 kJ; energia 271.518 kcal; fehérje 17.59 g; szénhidrát 25.232 g; zsír 10.776 g; telített zsírsav 2.096 g; élelmi rost 5.147 g; só 1.855 g; koleszterin 38.4 mg;	Zöldségleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Húspogácsa (10;12;) Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12;) energia 1557.72 kJ; energia 372.666 kcal; fehérje 15.192 g; szénhidrát 50.007 g; zsír 11.971 g; telített zsírsav 2.169 g; élelmi rost 5.832 g; só 1.644 g; koleszterin 27.2 mg; hozzáadott cukor 4.995 g;	Sertéssült Kelkáposzta főzelék diab. (1;10;12;) Zsemle (1;6;) energia 1774.13 kJ; energia 424.433 kcal; fehérje 20.098 g; szénhidrát 48.595 g; zsír 16.318 g; telített zsírsav 2.957 g; élelmi rost 6.491 g; só 1.955 g; koleszterin 34 mg;
uzsonna / G		Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;7;) Újhagyma Gyümölcsstea (12;) energia 903.53 kJ; energia 216.156 kcal; fehérje 8.731 g; szénhidrát 29.371 g; zsír 7.133 g; telített zsírsav 2.817 g; élelmi rost 6.375 g; só 0.908 g; koleszterin 10.2 mg; hozzáadott cukor 2.997 g;	Poharas joghurt (7;) Zsemle (1;6;) Alma Gyümölcsstea (12;) energia 1267.03 kJ; energia 303.149 kcal; fehérje 14.29 g; szénhidrát 50.88 g; zsír 3.813 g; telített zsírsav 1.963 g; élelmi rost 3.815 g; só 1.104 g; koleszterin 10.5 mg; hozzáadott cukor 2.997 g;	Kockasajt (7;) Zsemle (1;6;) Kápia paprika Gyümölcsstea (12;) energia 785.393 kJ; energia 187.892 kcal; fehérje 7.674 g; szénhidrát 33.816 g; zsír 2.296 g; telített zsírsav 1.152 g; élelmi rost 1.935 g; só 0.952 g; koleszterin 7.85 mg; hozzáadott cukor 3.4 g;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;) Kígyóuborka (12;) Gyümölcsstea (12;) energia 973.227 kJ; energia 232.83 kcal; fehérje 8.183 g; szénhidrát 32.06 g; zsír 7.851 g; telített zsírsav 2.531 g; élelmi rost 1.701 g; só 1.394 g; koleszterin 15.2 mg; hozzáadott cukor 2.997 g;

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