

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Iskola

2023.10.23 - 2023.10.29

Étkezés / Menü	Hétfő 10.23	Kedd 10.24	Szerda 10.25	Csütörtök 10.26	Péntek 10.27
tízórai / A		Gyümölcs tea (12;) Körözött (7;8;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 1109.8 kJ; energia 265.504 kcal; fehérje 9.247 g; szénhidrát 41.031 g; zsír 6.981 g; telített zsírsav 2.642 g; élelmi rost 3.131 g; só 1.52 g; koleszterin 7.392 mg; hozzáadott cukor 7.992 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) energia 1599.55 kJ; energia 382.607 kcal; fehérje 14.019 g; szénhidrát 60.0448 g; zsír 9.399 g; telített zsírsav 4.24258 g; élelmi rost 2.215 g; só 0.895756 g; koleszterin 51.8 mg; hozzáadott cukor 12.5878 g;	Citromos tea (1;12;) Tejszínes krémsajt (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 1136.66 kJ; energia 271.913 kcal; fehérje 7.026 g; szénhidrát 40.295 g; zsír 8.966 g; telített zsírsav 5.3652 g; élelmi rost 3.938 g; só 1.0755 g; koleszterin 28.8 mg; hozzáadott cukor 8.991 g;	Gyümölcs tea (12;) Sertéspárizsi KOMÉTA Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Rágórépa (12;) energia 1125.58 kJ; energia 275.712 kcal; fehérje 8.57 g; szénhidrát 39.48 g; zsír 9.022 g; telített zsírsav 2.9243 g; élelmi rost 4.26 g; só 1.2875 g; koleszterin 0.2 mg; cukor 0.02 g; hozzáadott cukor 7.992 g;
ebéd / B		Lebbensleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Fokhagymás sertésaprópecsenye (1;10;12;) Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;9;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Am a energia 3306.63 kJ; energia 791.065 kcal; fehérje 28.575 g; szénhidrát 76.39 g; zsír 40.31 g; telített zsírsav 11.076 g; élelmi rost 12.372 g; só 2.46683 g; koleszterin 69.645 mg; hozzáadott cukor 2.797 g;	Zellerkrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) energia 2828.17 kJ; energia 676.604 kcal; fehérje 20.241 g; szénhidrát 77.359 g; zsír 31.24 g; telített zsírsav 9.068 g; élelmi rost 6.567 g; só 3.2515 g; koleszterin 55.2 mg;	Vajasgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Bolognai makaróni (1;3;9;10;12;) Reszelt sajt (7;) energia 2921.48 kJ; energia 698.917 kcal; fehérje 27.277 g; szénhidrát 75.328 g; zsír 31.486 g; telített zsírsav 9.9022 g; élelmi rost 6.157 g; só 2.349 g; koleszterin 77.581 mg; hozzáadott cukor 4.81 g;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Natúr sertésszelet (1;10;12;) Petrezselymes burgonya (12;) Junior saláta édesítőszerrel (9;10;12;) energia 2451.92 kJ; energia 586.592 kcal; fehérje 25.378 g; szénhidrát 60.055 g; zsír 26.506 g; telített zsírsav 4.783 g; élelmi rost 6.766 g; só 2.623 g; koleszterin 123.21 mg;
uzsonna / A		Kenőmájas (1;3;6;7;9;10;11;13;) Zsemle (1;6;7;) Lilahagyma (12;) energia 999.844 kJ; energia 239.196 kcal; fehérje 9.71 g; szénhidrát 30.25 g; zsír 8.68 g; telített zsírsav 3.9242 g; élelmi rost 2.125 g; só 1.617 g; koleszterin 67.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Zöldpaprika energia 679.915 kJ; energia 162.659 kcal; fehérje 8.3531 g; szénhidrát 25.9256 g; zsír 2.7191 g; telített zsírsav 1.0941 g; élelmi rost 6.11885 g; só 0.71979 g; koleszterin 7.84999 mg; hozzáadott cukor 0.4025 g;	Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) energia 1043.46 kJ; energia 249.63 kcal; fehérje 10.026 g; szénhidrát 32.99 g; zsír 8.46 g; telített zsírsav 2.547 g; élelmi rost 3.25 g; só 1.9415 g; koleszterin 16.968 mg; hozzáadott cukor 0.034 g;	Pizzás tekercs (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;) energia 777.374 kJ; energia 185.95 kcal; fehérje 2.90875 g; szénhidrát 14.4285 g; zsír 12.86 g; telített zsírsav 3.39605 g; élelmi rost 0.7905 g; só 1.13535 g; koleszterin 10.783 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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek