

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2024.01.22 - 2024.01.28

Étkezés / Menü	Hétfő 01.22	Kedd 01.23	Szerda 01.24	Csütörtök 01.25	Péntek 01.26
tízórai / A	Forralt tej (7;) Vajkrém ízesített (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.1 g; fehérje 12.35 g; só 0.8515 g; szénhidrát 35.95 g; telített zsírsav 5.6444 g; zsír 11.9 g; energia 301.66 kcal; energia 1261.26 kJ; koleszterin 33.4 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.532 g; fehérje 7.539 g; hozzáadott cukor 7.016 g; só 1.49 g; szénhidrát 34.144 g; telített zsírsav 1.728 g; zsír 5.728 g; energia 219.725 kcal; energia 918.455 kJ; koleszterin 11.312 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi kolbászkrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.768 g; fehérje 7.521 g; hozzáadott cukor 7.03 g; só 1.58 g; szénhidrát 34.657 g; telített zsírsav 1.661 g; zsír 4.541 g; energia 211.269 kcal; energia 883.11 kJ; koleszterin 10.455 mg;	Kakaó (1;5;6;7;8;) kakaós kalács (1;3;5;6;7;8;) élelmi rost 2.254 g; fehérje 12.991 g; hozzáadott cukor 10.4895 g; só 0.787464 g; szénhidrát 50.19 g; telített zsírsav 3.99765 g; zsír 8.6045 g; energia 331.686 kcal; energia 1386.7 kJ; koleszterin 44.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi vitamínos túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.421 g; fehérje 6.725 g; hozzáadott cukor 7.03 g; só 0.83875 g; szénhidrát 33.762 g; telített zsírsav 0.883 g; zsír 2.3 g; energia 183.911 kcal; energia 768.8 kJ; koleszterin 2.99 mg;
ebéd / A	Frankfurti leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejben rizs (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Ama élelmi rost 7.215 g; fehérje 12.155 g; hozzáadott cukor 31.469 g; só 1.82875 g; szénhidrát 86.338 g; telített zsírsav 4.716 g; zsír 12.616 g; energia 511.683 kcal; energia 2139.01 kJ; koleszterin 20.456 mg;	Fokhagymakrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Sertéspörkölt (1;9;10;12;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 9.066 g; fehérje 28.987 g; hozzáadott cukor 1.998 g; só 2.43225 g; szénhidrát 56.349 g; telített zsírsav 9.932 g; zsír 34.314 g; energia 654.445 kcal; energia 2735.65 kJ; koleszterin 72.42 mg;	Magyaros zellerleves (1;3;6;7;9;10;12;) Bakonyi gombás sertéstokány (1;7;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) élelmi rost 5.013 g; fehérje 17.053 g; hozzáadott cukor 0.007 g; só 1.895 g; szénhidrát 66.338 g; telített zsírsav 7.428 g; zsír 26.951 g; energia 580.112 kcal; energia 2424.86 kJ; koleszterin 52.511 mg;	Húsleves tésztával (1;3;8;9;10;12;) Főtt sertéshús Vegyes gyümölcsmártás (1;3;5;6;7;8;10;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) cukor 5.616 g; élelmi rost 7.139 g; fehérje 20.529 g; hozzáadott cukor 12 g; só 2.315 g; szénhidrát 71.705 g; telített zsírsav 3.791 g; zsír 10.357 g; energia 470.396 kcal; energia 1966.95 kJ; koleszterin 51.6 mg;	Zöldséges bableves (1;3;9;12;) Sajt-tejföl feltét (7;) Főtt durum spagetti (1;3;) élelmi rost 10.682 g; fehérje 21.985 g; só 1.645 g; szénhidrát 71.733 g; telített zsírsav 8.537 g; zsír 28.254 g; energia 632.643 kcal; energia 2644.44 kJ; koleszterin 47.9 mg;
uzsonna / A	Zala felvágott Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 7.98 g; só 1.3875 g; szénhidrát 28.66 g; telített zsírsav 2.5313 g; zsír 7.83 g; energia 218.075 kcal; energia 911.526 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.055 g; fehérje 7.613 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9825 g; szénhidrát 30.67 g; telített zsírsav 1.1606 g; zsír 2.275 g; energia 175.711 kcal; energia 734.92 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.1 g; fehérje 10.97 g; só 1.17675 g; szénhidrát 25.836 g; telített zsírsav 4.6785 g; zsír 10.04 g; energia 238.351 kcal; energia 996.364 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 3.824 g; fehérje 7.654 g; hozzáadott cukor 0.046 g; só 0.93125 g; szénhidrát 27.941 g; telített zsírsav 0.805 g; zsír 3.063 g; energia 171.705 kcal; energia 718.271 kJ; koleszterin 64.8 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Ama élelmi rost 5.59 g; fehérje 1.88 g; hozzáadott cukor 4 g; só 0.092575 g; szénhidrát 23.5 g; telített zsírsav 1.2 g; zsír 3.48 g; energia 135.903 kcal; energia 568.084 kJ;

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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek