

Étlap (allergén, élettani érték)



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

Óvoda

2024.02.12 - 2024.02.18

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Tejszínes krémsajt (7;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 1.733 g; fehérje 5.383 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.0375 g; szénhidrát 36.486 g; telített zsírsav 3.5818 g; zsír 5.615 g; energia 219.617 kcal; energia 918.002 kJ; koleszterin 19.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.564 g; fehérje 7.272 g; hozzáadott cukor 7.039 g; só 1.343 g; szénhidrát 34.631 g; telített zsírsav 0.805 g; zsír 2.645 g; energia 193.425 kcal; energia 809.011 kJ; koleszterin 64.8 mg;	Forralt tej (7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) élelmi rost 1.98 g; fehérje 13.874 g; hozzáadott cukor 4.1958 g; só 0.890756 g; szénhidrát 49.5148 g; telített zsírsav 4.22558 g; zsír 9.309 g; energia 338.89 kcal; energia 1416.81 kJ; koleszterin 51.8 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.408 g; fehérje 6.707 g; hozzáadott cukor 9.528 g; só 0.72575 g; szénhidrát 36.227 g; telített zsírsav 0.882 g; zsír 2.309 g; energia 194.215 kcal; energia 811.867 kJ; koleszterin 2.99 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Vajkrém ízesített (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 6.31485 g; fehérje 12.8761 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.827852 g; szénhidrát 44.5506 g; telített zsírsav 4.6143 g; zsír 9.9091 g; energia 320.349 kcal; energia 1339.32 kJ; koleszterin 27.65 mg;
ebéd / A	Szárnyasraguleves (1;3;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Am a élelmi rost 8.171 g; fehérje 18.605 g; hozzáadott cukor 26.978 g; só 1.01058 g; szénhidrát 76.048 g; telített zsírsav 3.427 g; zsír 10.974 g; energia 482.361 kcal; energia 2016.52 kJ; koleszterin 41.769 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Halvagdalt (1;3;4;5;6;7;8;10;12;) Finomfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.169 g; fehérje 24.506 g; hozzáadott cukor 0.999 g; só 3.05825 g; szénhidrát 76.79 g; telített zsírsav 2.746 g; zsír 15.766 g; energia 553.476 kcal; energia 2313.62 kJ; koleszterin 51.52 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 10.172 g; fehérje 21.81 g; hozzáadott cukor 1.011 g; só 1.966 g; szénhidrát 63.853 g; telített zsírsav 8.571 g; zsír 30.457 g; energia 605.765 kcal; energia 2532.1 kJ; koleszterin 79.992 mg;	Magyaros zellerleves (1;3;6;7;9;10;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 11.413 g; fehérje 21.581 g; hozzáadott cukor 1.006 g; só 4.34275 g; szénhidrát 67.243 g; telített zsírsav 3.227 g; zsír 13.62 g; energia 481.377 kcal; energia 2012.21 kJ; koleszterin 21.9 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pirított olajosmág levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 6.614 g; fehérje 22.986 g; hozzáadott cukor 0.019 g; só 2.532 g; szénhidrát 52.34 g; telített zsírsav 14.69 g; zsír 31.114 g; energia 580.27 kcal; energia 2425.64 kJ; koleszterin 92.624 mg;
uzsonna / A	Gépsonka (1;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.1 g; fehérje 9.73 g; só 0.90625 g; szénhidrát 25.07 g; telített zsírsav 1.5863 g; zsír 5.82 g; energia 192.485 kcal; energia 804.636 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 2.844 g; fehérje 10.84 g; só 1.5866 g; szénhidrát 27.11 g; telített zsírsav 4.6725 g; zsír 9.68 g; energia 240.062 kcal; energia 1003.46 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.1 g; fehérje 8.45 g; só 1.14175 g; szénhidrát 25.536 g; telített zsírsav 2.6888 g; zsír 6.46 g; energia 194.642 kcal; energia 813.664 kJ; koleszterin 44.8 mg;	Olasz felvágott (1;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.99 g; fehérje 7.94 g; só 1.972 g; szénhidrát 27.37 g; telített zsírsav 3.4063 g; zsír 10.2 g; energia 235.13 kcal; energia 983.288 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Sajtós pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek