

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2024.02.19 - 2024.02.25

Étkezés / Menü	Hétfő 02.19	Kedd 02.20	Szerda 02.21	Csütörtök 02.22	Péntek 02.23
tízórai / A	Tejszínhabos kakaó (1;5;6;7;8;) kuglóf (1;3;6;7;) élelmi rost 3.5839 g; fehérje 12.7035 g; hozzáadott cukor 22.977 g; só 0.263525 g; szénhidrát 58.4415 g; telített zsírsav 5.6544 g; zsír 10.8675 g; energia 384.236 kcal; energia 1606.03 kJ; koleszterin 47.25 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;	Forralt tej (7;) Rozsos zsemle (1;6;7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 12.3001 g; só 0.92019 g; szénhidrát 34.9156 g; telített zsírsav 2.6508 g; zsír 7.2741 g; energia 255.485 kcal; energia 1068.18 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi sonkakrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.404 g; fehérje 8.261 g; hozzáadott cukor 7.03 g; só 0.92475 g; szénhidrát 33.419 g; telített zsírsav 0.761 g; zsír 2.476 g; energia 190.584 kcal; energia 796.7 kJ; koleszterin 11.225 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi vitamínos túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Zöldpaprika élelmi rost 3.815 g; fehérje 6.965 g; hozzáadott cukor 7.03 g; só 0.84035 g; szénhidrát 34.362 g; telített zsírsav 0.883 g; zsír 2.36 g; energia 187.829 kcal; energia 785.18 kJ; koleszterin 2.99 mg;
ebéd / A	Legényfogóleves sertéshúsból (1;3;7;9;10;12;) Dejós szórás (1;5;8;11;) Metélt főtt tészta (1;3;) Am a élelmi rost 9.341 g; fehérje 22.349 g; hozzáadott cukor 20.984 g; só 1.13175 g; szénhidrát 91.001 g; telített zsírsav 5.186 g; zsír 24.029 g; energia 674.526 kcal; energia 2819.51 kJ; koleszterin 92.325 mg;	Kukoricagaluska leves (3;5;8;9;10;11;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Paradicsomos káposzta (1;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) cukor 0.038 g; élelmi rost 8.857 g; fehérje 19.889 g; hozzáadott cukor 8.004 g; só 3 g; szénhidrát 71.298 g; telített zsírsav 4.958 g; zsír 20.976 g; energia 557.705 kcal; energia 2331.23 kJ; koleszterin 71.75 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Édes-savanyú csirkeragu (1;5;6;7;8;9;10;11;12;) Kuskusz* (1;3;5;6;7;9;10;12;13;) élelmi rost 4.697 g; fehérje 22.015 g; hozzáadott cukor 1.669 g; só 2.46 g; szénhidrát 64.048 g; telített zsírsav 2.623 g; zsír 16.794 g; energia 503.28 kcal; energia 2103.74 kJ; koleszterin 86.662 mg;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Pusztapörkölt sertéshúsból (1;3;6;7;9;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 7.369 g; fehérje 12.938 g; hozzáadott cukor 0.015 g; só 2.303 g; szénhidrát 41.697 g; telített zsírsav 3.905 g; zsír 13.718 g; energia 346.548 kcal; energia 1448.53 kJ; koleszterin 27.2 mg;	Magyaros lencseleves (1;3;7;8;9;10;12;) Fokhagymás sertéssült (1;12;) Párolt rizs (10;12;) Ecetes cékla édesítőszerekkel (12;) élelmi rost 8.836 g; fehérje 34.9858 g; hozzáadott cukor 3.2038 g; só 2.45682 g; szénhidrát 92.943 g; telített zsírsav 4.038 g; zsír 20.094 g; energia 696.939 kcal; energia 2913.19 kJ; koleszterin 64.3 mg;
uzsonna / A	Sertéspárizsi (1;6;7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.1 g; fehérje 7.81 g; só 1.14675 g; szénhidrát 25.556 g; telített zsírsav 2.48224 g; zsír 8.06 g; energia 206.617 kcal; energia 863.728 kJ; koleszterin 15.2 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;	Zala felvágott Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 3.71 g; fehérje 8.57 g; só 1.18825 g; szénhidrát 26.77 g; telített zsírsav 2.5563 g; zsír 8.4 g; energia 218.091 kcal; energia 911.644 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;	Pizzás tekercs (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;) élelmi rost 0.7905 g; fehérje 2.90875 g; só 1.13535 g; szénhidrát 14.4285 g; telített zsírsav 3.39605 g; zsír 12.86 g; energia 185.95 kcal; energia 777.374 kJ; 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, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek