

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2024.02.26 - 2024.03.03

Étkezés / Menü	Hétfő 02.26	Kedd 02.27	Szerda 02.28	Csütörtök 02.29	Péntek 03.01
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Tejszínes krémsajt (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.668 g; fehérje 5.583 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.25 g; szénhidrát 34.136 g; telített zsírsav 3.6068 g; zsír 5.765 g; energia 212.332 kcal; energia 887.552 kJ; koleszterin 19.2 mg;	Forralt tej (7;) kakaós kalács (1;3;5;6;7;8;) élelmi rost 1.65 g; fehérje 12.695 g; hozzáadott cukor 3.4965 g; só 0.786464 g; szénhidrát 43.029 g; telített zsírsav 3.79265 g; zsír 8.2575 g; energia 298.575 kcal; energia 1248.3 kJ; koleszterin 44.9 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Virágméz Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.646 g; fehérje 12.061 g; hozzáadott cukor 23.193 g; só 1.3727 g; szénhidrát 61.765 g; telített zsírsav 2.7423 g; zsír 7.075 g; energia 360.633 kcal; energia 1507.7 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi körözött (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 4.006 g; fehérje 7.42 g; hozzáadott cukor 7.034 g; só 0.88575 g; szénhidrát 35.096 g; telített zsírsav 1.034 g; zsír 2.625 g; energia 196.289 kcal; energia 820.981 kJ; koleszterin 3.5 mg;	Gyümölcs tea (12;) Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) Zöldpaprika élelmi rost 6.11885 g; fehérje 11.2881 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.14179 g; szénhidrát 32.3856 g; telített zsírsav 4.595 g; zsír 9.9561 g; energia 265.798 kcal; energia 1111.04 kJ; koleszterin 20.2 mg;
ebéd / A	Babgulyás (1;3;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Tejben rizs (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) élelmi rost 11.9 g; fehérje 24.274 g; hozzáadott cukor 30.977 g; só 1.471 g; szénhidrát 109.807 g; telített zsírsav 4.868 g; zsír 15.374 g; energia 677.303 kcal; energia 2831.34 kJ; koleszterin 28.856 mg;	Lebbensleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Dínó nuggets, tepsiben sültve (1;3;6;7;9;) Parajfőzelék (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) cukor 0.42 g; élelmi rost 5.929 g; fehérje 19.264 g; só 1.446 g; szénhidrát 61.175 g; telített zsírsav 3.965 g; zsír 26.714 g; energia 570.966 kcal; energia 2384.35 kJ; kalcium 133 mg; koleszterin 4.171 mg;	Fokhagymakrémeles (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Tarhonyás hús (1;3;6;7;9;10;12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) Alma élelmi rost 8.333 g; fehérje 19.786 g; hozzáadott cukor 1.998 g; só 2.61434 g; szénhidrát 70.505 g; telített zsírsav 7.09256 g; zsír 23.751 g; energia 580.459 kcal; energia 2426.31 kJ; koleszterin 46 mg;	Magyaros zöldségleves (1;3;9;10;12;) Főtt baromfivirslis (9;10;) Tökfőzelék (1;7;12;) Félbarna kenyér (1;6;7;) élelmi rost 7.378 g; fehérje 17.683 g; hozzáadott cukor 1.511 g; só 2.733 g; szénhidrát 45.957 g; telített zsírsav 5.701 g; zsír 22.415 g; energia 459.378 kcal; energia 1920.2 kJ; koleszterin 60.75 mg;	Magyaros karfiol leves (1;3;9;10;12;) Rántott sajt (1;3;7;) Párolt rizs (10;12;) Tartármártás (3;7;8;10;12;) élelmi rost 4.272 g; fehérje 17.29 g; hozzáadott cukor 1.309 g; só 1.452 g; szénhidrát 75.767 g; telített zsírsav 10.824 g; zsír 35.859 g; energia 698.376 kcal; energia 2921.13 kJ; koleszterin 37.42 mg;
uzsonna / A	Gépsonka (1;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 9.62 g; só 1.1116 g; szénhidrát 29.22 g; telített zsírsav 1.5613 g; zsír 5.33 g; energia 204.303 kcal; energia 853.986 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Házi kolbászkrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 2.55 g; fehérje 7.146 g; hozzáadott cukor 0.037 g; só 1.461 g; szénhidrát 27.817 g; telített zsírsav 1.481 g; zsír 3.832 g; energia 174.942 kcal; energia 731.264 kJ; koleszterin 11.4 mg;	Kockasajt (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 8.1131 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.71819 g; szénhidrát 25.3256 g; telített zsírsav 1.0941 g; zsír 2.6591 g; energia 158.741 kcal; energia 663.535 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Zala felvágott Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.45 g; fehérje 8.18 g; só 1.6 g; szénhidrát 26.31 g; telített zsírsav 2.5563 g; zsír 7.98 g; energia 210.79 kcal; energia 881.076 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Magos rúd (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 2.9805 g; fehérje 5.9986 g; só 0.440238 g; szénhidrát 21.524 g; telített zsírsav 0.874 g; zsír 6.6937 g; energia 171.15 kcal; energia 715.402 kJ;

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