

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2024.03.25 - 2024.03.31

Étkezés / Menü	Hétfő 03.25	Kedd 03.26	Szerda 03.27	Csütörtök 03.28	Péntek 03.29
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.45 g; fehérje 10.608 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.585 g; szénhidrát 33.66 g; telített zsírsav 4.6725 g; zsír 9.622 g; energia 265.165 kcal; energia 1108.39 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Citromos tea (1;12;) Snidlinges túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.807 g; fehérje 6.873 g; hozzáadott cukor 7.034 g; só 1.0485 g; szénhidrát 37.267 g; telített zsírsav 0.992 g; zsír 1.991 g; energia 196.093 kcal; energia 819.668 kJ; koleszterin 3.5 mg;	Karamellás tej (1;7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) élelmi rost 1.65 g; fehérje 12.695 g; hozzáadott cukor 9.0905 g; só 0.786464 g; szénhidrát 48.623 g; telített zsírsav 3.79265 g; zsír 8.2575 g; energia 321.06 kcal; energia 1342.28 kJ; koleszterin 44.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) Zöldpaprika élelmi rost 6.11885 g; fehérje 8.7681 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.10679 g; szénhidrát 32.0856 g; telített zsírsav 2.6053 g; zsír 6.3761 g; energia 222.089 kcal; energia 928.337 kJ; koleszterin 44.8 mg;	
ebéd / A	Lencsegulyás (1;3;6;7;8;9;10;12;) Gránátos kocka (1;3;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 9.388 g; fehérje 22.107 g; só 2.682 g; szénhidrát 81.07 g; telített zsírsav 3.877 g; zsír 18.675 g; energia 585.226 kcal; energia 2446.24 kJ; koleszterin 30.3 mg;	Magyaros zöldségleves (1;3;9;10;12;) Sült sertésvirslis (6;7;9;10;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 9.599 g; fehérje 14.583 g; hozzáadott cukor 2.01 g; só 3.017 g; szénhidrát 49.86 g; telített zsírsav 1.263 g; zsír 9.293 g; energia 344.198 kcal; energia 1438.82 kJ; koleszterin 1.56 mg;	Francia hagymaleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Édes-savanyú csirkeragu (1;5;6;7;8;9;10;11;12;) Párolt rizs (10;12;) Am a élelmi rost 6.682 g; fehérje 20.82 g; hozzáadott cukor 1.669 g; só 2.30425 g; szénhidrát 80.386 g; telített zsírsav 3.259 g; zsír 14.444 g; energia 539.442 kcal; energia 2254.83 kJ; koleszterin 34 mg;	Zöldséges gombaleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Sertéspörkölt (1;9;10;12;) Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 7.641 g; fehérje 24.894 g; hozzáadott cukor 1.998 g; só 2.24 g; szénhidrát 48.103 g; telített zsírsav 9.947 g; zsír 36.562 g; energia 625.09 kcal; energia 2612.91 kJ; koleszterin 60.96 mg;	
uzsonna / A	Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 3.754 g; fehérje 7.554 g; hozzáadott cukor 0.046 g; só 0.95875 g; szénhidrát 27.401 g; telített zsírsav 0.819 g; zsír 3.083 g; energia 170.189 kcal; energia 712.383 kJ; koleszterin 64.8 mg;	Sertéspárizsi (1;6;7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 2.45 g; fehérje 7.66 g; só 1.563 g; szénhidrát 26.756 g; telített zsírsav 2.48224 g; zsír 7.66 g; energia 207.232 kcal; energia 866.248 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Olasz felvágott (1;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Rozsos zsemle (1;6;7;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 8.2401 g; só 1.49519 g; szénhidrát 24.3756 g; telített zsírsav 3.3148 g; zsír 10.4341 g; energia 225.445 kcal; energia 942.353 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Kakaós csiga (1;3;7;8;11;) cukor 2.75 g; élelmi rost 0.55 g; fehérje 4.05 g; hozzáadott cukor 0 g; só 0.0004 g; szénhidrát 28 g; telített zsírsav 5.6 g; zsír 16.25 g; energia 286 kcal; energia 1198.5 kJ; koleszterin 0 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, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek