

Étlap (allergén, élettani érték)



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

Óvoda

2024.04.29 - 2024.05.05

Étkezés / Menü	Hétfő 04.29	Kedd 04.30	Szerda 05.01	Csütörtök 05.02	Péntek 05.03
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Sajtos kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.44515 g; fehérje 6.5615 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.86825 g; szénhidrát 30.603 g; telített zsírsav 1.6968 g; zsír 2.978 g; energia 176.864 kcal; energia 739.288 kJ; koleszterin 9.5 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;		Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.296 g; fehérje 12.131 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.95275 g; szénhidrát 44.365 g; telített zsírsav 2.7423 g; zsír 7.475 g; energia 294.586 kcal; energia 1231.68 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Citromos tea (1;12;) Tejszínes krémsajt (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Kígyóborka (12;) élelmi rost 3.504 g; fehérje 5.933 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.84025 g; szénhidrát 33.276 g; telített zsírsav 3.6068 g; zsír 6.185 g; energia 214.069 kcal; energia 894.86 kJ; koleszterin 19.2 mg;
ebéd / A	Scsileves (1;7;9;10;12;) Morzsás nudli (1;3;5;6;7;8;) Porcukor élelmi rost 3.113 g; fehérje 17.572 g; hozzáadott cukor 10 g; só 2.69407 g; szénhidrát 102.38 g; telített zsírsav 5.038 g; zsír 19.263 g; energia 657.748 kcal; energia 2749.37 kJ; koleszterin 29.4 mg;	Tejfölös tavaszi karalábéleves (1;3;7;9;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;10;12;) Durum tészta köret (1;3;) Mongolsaláta édesítőszerrel (9;10;12;) élelmi rost 6.442 g; fehérje 25.343 g; hozzáadott cukor 0.007 g; só 3.004 g; szénhidrát 68.278 g; telített zsírsav 9.615 g; zsír 39.477 g; energia 733.53 kcal; energia 3066.15 kJ; koleszterin 63.585 mg;		Reszelttésztales (1;3;9;10;12;) Sonka ropogós (1;3;6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Ama élelmi rost 14.53 g; fehérje 25.174 g; hozzáadott cukor 1.011 g; só 6.53758 g; szénhidrát 86.504 g; telített zsírsav 7.235 g; zsír 38.775 g; energia 802.303 kcal; energia 3353.63 kJ; koleszterin 89.39 mg;	Fahéjas almaleves (1;3;5;6;7;8;10;12;) Tavaszi rizses csirke (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 4.913 g; fehérje 17.636 g; hozzáadott cukor 9.99 g; só 2.101 g; szénhidrát 71.755 g; telített zsírsav 3.452 g; zsír 12.711 g; energia 475.403 kcal; energia 1987.17 kJ; koleszterin 48.75 mg;
uzsonna / A	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóborka (12;) élelmi rost 2.636 g; fehérje 10.8 g; só 1.5915 g; szénhidrát 26.85 g; telített zsírsav 4.6725 g; zsír 9.64 g; energia 238.496 kcal; energia 996.912 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Sertéspárizsi (1;6;7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Paradicsom élelmi rost 3.466 g; fehérje 7.79 g; só 1.1419 g; szénhidrát 25.83 g; telített zsírsav 2.48444 g; zsír 8.08 g; energia 208.175 kcal; energia 870.24 kJ; koleszterin 15.2 mg;		Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 7.473 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9505 g; szénhidrát 29.55 g; telített zsírsav 1.1466 g; zsír 2.235 g; energia 169.311 kcal; energia 707.72 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Pizzás tekercs (1;3;7;8;11;) cukor 2.75 g; élelmi rost 0.55 g; fehérje 4.05 g; só 0.0004 g; szénhidrát 16.25 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 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek