

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2023.09.18 - 2023.09.24

Étkezés / Menü	Hétfő 09.18	Kedd 09.19	Szerda 09.20	Csütörtök 09.21	Péntek 09.22
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Hot dog (1;6;7;9;10;) Ketchup (1;9;) élelmi rost 1.833 g; fehérje 14.075 g; hozzáadott cukor 9.793 g; só 2.314 g; szénhidrát 42.298 g; telített zsírsav 2.572 g; zsír 9.791 g; energia 315.673 kcal; energia 1319.52 kJ; koleszterin 45 mg;	Forralt tej (7;) Sajtos kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.22715 g; fehérje 13.2385 g; só 1.13325 g; szénhidrát 33.837 g; telített zsírsav 3.3248 g; zsír 5.953 g; energia 242.975 kcal; energia 1015.89 kJ; koleszterin 19.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Tejfölös túrókrém (1;3;6;7;9;10;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;7;) élelmi rost 5.74485 g; fehérje 7.6941 g; hozzáadott cukor 7.007 g; só 0.81719 g; szénhidrát 32.4926 g; telített zsírsav 1.4995 g; zsír 3.5211 g; energia 193.639 kcal; energia 809.402 kJ; koleszterin 7.44 mg;	Tej (7;) Virágméz Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.45 g; fehérje 11.94 g; hozzáadott cukor 16.2 g; só 1.3687 g; szénhidrát 52.99 g; telített zsírsav 2.7285 g; zsír 7 g; energia 324.202 kcal; energia 1355.42 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Citromos tea (1;12;) Tejszínes krémsajt (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Rágórépa (12;) élelmi rost 3.858 g; fehérje 5.873 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.86575 g; szénhidrát 34.056 g; telített zsírsav 3.6208 g; zsír 6.205 g; energia 218.117 kcal; energia 912.232 kJ; koleszterin 19.2 mg;
ebéd / A	Legényfogóleves sertéshúsból (1;3;7;9;10;12;) Darás metélt (1;3;) Barack lekvár (12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 8.482 g; fehérje 23.205 g; hozzáadott cukor 10.865 g; só 1.78675 g; szénhidrát 99.222 g; telített zsírsav 5.889 g; zsír 24.3 g; energia 712.389 kcal; energia 2977.84 kJ; koleszterin 92.325 mg;	Kukoricagaluska leves (3;5;8;9;10;11;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Kelkáposzta főzelék (1;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) cukor 0.038 g; élelmi rost 11.748 g; fehérje 23.032 g; hozzáadott cukor 0.012 g; só 2.98275 g; szénhidrát 76.639 g; telített zsírsav 5.243 g; zsír 23.228 g; energia 611.85 kcal; energia 2557.6 kJ; koleszterin 71.75 mg;	Zellerkrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Mexikói csirke tokány (1;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) élelmi rost 5.732 g; fehérje 19.709 g; hozzáadott cukor 0.5 g; só 2.0165 g; szénhidrát 69.06 g; telített zsírsav 4.206 g; zsír 18.779 g; energia 528.254 kcal; energia 2208.08 kJ; koleszterin 48.75 mg;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;9;10;12;) Natúr sertésszelet (1;10;12;) Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;9;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) A/a élelmi rost 10.697 g; fehérje 25.229 g; hozzáadott cukor 2.005 g; só 2.3345 g; szénhidrát 63.614 g; telített zsírsav 5.224 g; zsír 21.516 g; energia 554.336 kcal; energia 2317.16 kJ; koleszterin 52.905 mg;	Paradicsomleves (1;3;9;10;12;) Pirított csirkemáj (9;10;12;) Főtt burgonya (12;) Mongolsaláta édesítőszerekkel (9;10;12;) élelmi rost 7.112 g; fehérje 22.567 g; hozzáadott cukor 13.996 g; só 3.162 g; szénhidrát 72.844 g; telített zsírsav 2.046 g; zsír 11.36 g; energia 489.402 kcal; energia 2045.68 kJ; koleszterin 399.6 mg;
uzsonna / A	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 3.06 g; fehérje 10.84 g; só 1.5895 g; szénhidrát 28.17 g; telített zsírsav 4.6725 g; zsír 9.64 g; energia 244.06 kcal; energia 1020.17 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 3.104 g; fehérje 7.404 g; hozzáadott cukor 0.046 g; só 1.375 g; szénhidrát 28.601 g; telített zsírsav 0.819 g; zsír 2.683 g; energia 170.804 kcal; energia 714.903 kJ; koleszterin 64.8 mg;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 2.816 g; fehérje 8.38 g; só 1.60315 g; szénhidrát 27.11 g; telített zsírsav 2.5645 g; zsír 8.02 g; energia 215.164 kcal; energia 899.388 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Paradicsomos harcsapástétom 130 g Eurofood (4;) Kenyér burgonyás szeletelt (1;5;6;7;8;11;) Zöldpaprika cukor 0.04 g; élelmi rost 2.394 g; fehérje 7.425 g; só 1.15211 g; szénhidrát 26.685 g; telített zsírsav 0.92 g; zsír 7.00675 g; energia 200.418 kcal; energia 838.026 kJ;	Sajtos 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 - 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