

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2023.09.25 - 2023.10.01

Étkezés / Menü	Hétfő 09.25	Kedd 09.26	Szerda 09.27	Csütörtök 09.28	Péntek 09.29
tízórai / A	Forralt tej (7;) Fatörzs kifli (1;3;5;6;7;8;) élelmi rost 1.562 g; fehérje 12.3891 g; hozzáadott cukor 2.3976 g; só 0.2665 g; szénhidrát 40.3881 g; telített zsírsav 3.6844 g; zsír 7.9933 g; energia 284.35 kcal; energia 1188.8 kJ; koleszterin 43.175 mg;	Citromos tea (1;12;) Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.668 g; fehérje 10.723 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.585 g; szénhidrát 33.876 g; telített zsírsav 4.6725 g; zsír 9.645 g; energia 267.033 kcal; energia 1116.2 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kakaó (1;5;6;7;8;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 2.119 g; fehérje 11.956 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.1535 g; szénhidrát 46.301 g; telített zsírsav 2.9083 g; zsír 7.197 g; energia 299.166 kcal; energia 1250.77 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Gyümölcs tea (12;) Vajkrém ízesített (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 2.844 g; fehérje 5.648 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.00435 g; szénhidrát 34.3 g; telített zsírsav 4.0164 g; zsír 8.562 g; energia 238.214 kcal; energia 995.748 kJ; koleszterin 23 mg;	Gyümölcs tea (12;) Kenőmájás (9;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 3.1 g; fehérje 8.238 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.13375 g; szénhidrát 32.16 g; telített zsírsav 2.6828 g; zsír 6.442 g; energia 220.841 kcal; energia 923.172 kJ; koleszterin 44.8 mg;
ebéd / A	Babgulyás (1;3;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 13.114 g; fehérje 26.994 g; hozzáadott cukor 30.477 g; só 1.51575 g; szénhidrát 105.457 g; telített zsírsav 5.313 g; zsír 16.244 g; energia 678.599 kcal; energia 2836.85 kJ; koleszterin 31.456 mg;	Rizsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Húsgombóc (3;10;12;) Burgonyás brokkolifőzelék (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 9.221 g; fehérje 20.157 g; hozzáadott cukor 0.999 g; só 2.48575 g; szénhidrát 62.059 g; telített zsírsav 4.863 g; zsír 19.806 g; energia 510.687 kcal; energia 2134.75 kJ; koleszterin 43.09 mg;	Tejfölös karfiolleves zöldséggel (1;3;6;7;9;10;12;13;) Barbecue csirkemell (1;3;6;7;8;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) élelmi rost 4.059 g; fehérje 22.707 g; hozzáadott cukor 2.138 g; só 2.005 g; szénhidrát 67.271 g; telített zsírsav 2.907 g; zsír 13.182 g; energia 480.521 kcal; energia 2008.56 kJ; koleszterin 47.16 mg;	Rántott leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Sült sertésvirli (6;7;9;10;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 9.364 g; fehérje 16.806 g; hozzáadott cukor 1.998 g; só 3.57925 g; szénhidrát 61.521 g; telített zsírsav 1.63 g; zsír 12.122 g; energia 425.374 kcal; energia 1778.16 kJ; koleszterin 1.56 mg;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Pusztapörkölt sertéshúsból (1;3;6;7;9;10;12;) Káposztasaláta édesítőszerrel (10;12;) élelmi rost 8.154 g; fehérje 13.188 g; hozzáadott cukor 0.015 g; só 1.11925 g; szénhidrát 43.397 g; telített zsírsav 3.9295 g; zsír 13.768 g; energia 354.863 kcal; energia 1558.48 kJ; koleszterin 27.2 mg;
uzsonna / A	Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Házi sonkakrém (1;3;6;7;9;10;12;) Zöldpaprika élelmi rost 2.913 g; fehérje 8.171 g; hozzáadott cukor 0.037 g; só 1.3236 g; szénhidrát 27.633 g; telített zsírsav 0.758 g; zsír 2.047 g; energia 162.536 kcal; energia 679.411 kJ; koleszterin 11.225 mg;	Soproni felvágott (1;3;6;7;9;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Delma margarin (7;) élelmi rost 3.1 g; fehérje 8.47 g; só 1.24375 g; szénhidrát 25.03 g; telített zsírsav 2.5143 g; zsír 8.2 g; energia 208.775 kcal; energia 872.76 kJ; koleszterin 19.6 mg;	Sertéspárizsi KOMÉTA Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Rágórépa (12;) cukor 0.02 g; élelmi rost 3.64 g; fehérje 7.55 g; só 1.17075 g; szénhidrát 26.31 g; telített zsírsav 2.8943 g; zsír 8.84 g; energia 216.755 kcal; energia 879.128 kJ; koleszterin 0.2 mg;	Tejszínes krémsajt (7;) Zsemle (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 5.5 g; só 1.0391 g; szénhidrát 29.72 g; telített zsírsav 3.5818 g; zsír 5.65 g; energia 192.646 kcal; energia 805.266 kJ; koleszterin 19.2 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;

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