

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2023.10.23 - 2023.10.29

Étkezés / Menü	Hétfő 10.23	Kedd 10.24	Szerda 10.25	Csütörtök 10.26	Péntek 10.27
tízórai / A		Gyümölcs tea (12;) Körözött (7;8;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 930.432 kJ; energia 222.593 kcal; fehérje 7.707 g; szénhidrát 34.526 g; zsír 5.817 g; telített zsírsav 2.203 g; élelmi rost 2.609 g; só 1.267 g; koleszterin 6.16 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) energia 1400.58 kJ; energia 335.006 kcal; fehérje 12.816 g; szénhidrát 51.804 g; zsír 8.3325 g; telített zsírsav 3.80665 g; élelmi rost 1.846 g; só 0.790464 g; koleszterin 44.9 mg; hozzáadott cukor 10.4895 g;	Citromos tea (1;12;) Tejszínes krémsajt (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 885.032 kJ; energia 211.717 kcal; fehérje 5.733 g; szénhidrát 32.936 g; zsír 6.165 g; telített zsírsav 3.6068 g; élelmi rost 3.318 g; só 0.83375 g; koleszterin 19.2 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;	Gyümölcs tea (12;) Sertéspárizsi KOMÉTA Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Rágórépa (12;) energia 1000.44 kJ; energia 245.776 kcal; fehérje 7.558 g; szénhidrát 33.46 g; zsír 8.842 g; telített zsírsav 2.8943 g; élelmi rost 3.64 g; só 1.17075 g; koleszterin 0.2 mg; cukor 0.02 g; hozzáadott cukor 6.993 g;
ebéd / A		Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Vírsi baromfi (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Am a energia 2861.74 kJ; energia 684.617 kcal; fehérje 30.344 g; szénhidrát 89.989 g; zsír 21.862 g; telített zsírsav 5.179 g; élelmi rost 14.85 g; só 2.32532 g; koleszterin 49.511 mg; hozzáadott cukor 0.999 g;	Zellerkrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Csiki csirkeaprópecsenye (1;3;6;7;9;10;12;) Főtt burgonya (12;) energia 1916.76 kJ; energia 458.563 kcal; fehérje 20.303 g; szénhidrát 59.526 g; zsír 14.626 g; telített zsírsav 3.718 g; élelmi rost 8.906 g; só 2.0735 g; koleszterin 49.9 mg;	Vajasgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Durum tészta köret (1;3;) energia 2802.25 kJ; energia 670.396 kcal; fehérje 22.817 g; szénhidrát 66.25 g; zsír 34.39 g; telített zsírsav 9.084 g; élelmi rost 5.244 g; só 1.821 g; koleszterin 70.584 mg; hozzáadott cukor 1.011 g;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Sült csirkecomb (1;3;6;7;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) Junior saláta édesítőszerrel (9;10;12;) energia 2563.66 kJ; energia 613.318 kcal; fehérje 33.395 g; szénhidrát 63.85 g; zsír 24.626 g; telített zsírsav 4.078 g; élelmi rost 2.256 g; só 2.132 g; koleszterin 150.075 mg;
uzsonna / A		Kenőmájas (1;3;6;7;9;10;11;13;) Zsemle (1;6;7;) Lilahagyma (12;) energia 867.922 kJ; energia 207.636 kcal; fehérje 8.12 g; szénhidrát 30.22 g; zsír 5.91 g; telített zsírsav 2.6578 g; élelmi rost 2.125 g; só 1.342 g; koleszterin 44.8 mg;	Kockasajt (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Zöldpaprika energia 679.915 kJ; energia 162.659 kcal; fehérje 8.3531 g; szénhidrát 25.9256 g; zsír 2.7191 g; telített zsírsav 1.0941 g; élelmi rost 6.11885 g; só 0.71979 g; koleszterin 7.84999 mg; hozzáadott cukor 0.4025 g;	Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) energia 806.975 kJ; energia 193.056 kcal; fehérje 7.731 g; szénhidrát 27.334 g; zsír 5.746 g; telített zsírsav 1.728 g; élelmi rost 2.718 g; só 1.4965 g; koleszterin 11.312 mg; hozzáadott cukor 0.023 g;	Pizzás tekercs (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;) energia 777.374 kJ; energia 185.95 kcal; fehérje 2.90875 g; szénhidrát 14.4285 g; zsír 12.86 g; telített zsírsav 3.39605 g; élelmi rost 0.7905 g; só 1.13535 g; koleszterin 10.783 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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek