

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2023.12.11 - 2023.12.17

Étkezés / Menü	Hétfő 12.11	Kedd 12.12	Szerda 12.13	Csütörtök 12.14	Péntek 12.15
tízórai / A	Kakaó (1;5;6;7;8;) kakaós kalács (1;3;5;6;7;8;) élelmi rost 2.254 g; fehérje 12.991 g; hozzáadott cukor 10.4895 g; só 0.787464 g; szénhidrát 50.19 g; telített zsírsav 3.99765 g; zsír 8.6045 g; energia 331.686 kcal; energia 1386.7 kJ; koleszterin 44.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Sertéspárizsi (1;6;7;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 7.8881 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.11019 g; szénhidrát 31.5056 g; telített zsírsav 2.39874 g; zsír 7.9161 g; energia 230.146 kcal; energia 962.021 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Citromos tea (1;12;) Tejszínes krémsajt (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Kígyóuborka (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;	Gyümölcs tea (12;) Snidlinges túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 1.589 g; fehérje 6.758 g; hozzáadott cukor 7.034 g; só 1.0485 g; szénhidrát 37.051 g; telített zsírsav 0.992 g; zsír 1.968 g; energia 194.225 kcal; energia 811.86 kJ; koleszterin 3.5 mg;	
ebéd / A	Paradicsomleves (1;3;9;10;12;) Hentestokány (1;6;7;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) élelmi rost 3.24 g; fehérje 19.206 g; hozzáadott cukor 13.996 g; só 2.517 g; szénhidrát 87.965 g; telített zsírsav 6.054 g; zsír 26.044 g; energia 666.338 kcal; energia 2785.28 kJ; koleszterin 40.811 mg;	Zöldségleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Párizsi csirkemell filé (1;3;7;) Petrezselymes burgonya (12;) Csemege uborka édesítő szerekekkel (10;12;) élelmi rost 8.372 g; fehérje 24.637 g; só 2.732 g; szénhidrát 62.95 g; telített zsírsav 3.471 g; zsír 28.24 g; energia 611.123 kcal; energia 2554.45 kJ; koleszterin 65.908 mg;	Rántott leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Sertéspörkölt (1;9;10;12;) Sárgaborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 16.834 g; fehérje 31.81 g; só 2.33525 g; szénhidrát 71.337 g; telített zsírsav 8.25 g; zsír 34.234 g; energia 724.271 kcal; energia 3027.49 kJ; koleszterin 48.96 mg;	Tárkonyos halgaluskaleves (1;3;4;6;7;9;10;12;13;) Metélt tészta (1;3;) Dejós szórás (1;5;8;11;) Am a élelmi rost 8.671 g; fehérje 19.683 g; hozzáadott cukor 15.734 g; só 1.31475 g; szénhidrát 87.125 g; telített zsírsav 3.923 g; zsír 25.915 g; energia 666.935 kcal; energia 2787.79 kJ; koleszterin 45.3 mg;	
uzsonna / A	Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Jégcsapretek élelmi rost 3.1 g; fehérje 10.97 g; só 1.17675 g; szénhidrát 25.836 g; telített zsírsav 4.6785 g; zsír 10.04 g; energia 238.351 kcal; energia 996.364 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Vajkrém ízesített (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 3.06 g; fehérje 5.64 g; só 1.00725 g; szénhidrát 28.21 g; telített zsírsav 4.0164 g; zsír 8.52 g; energia 213.191 kcal; energia 891.148 kJ; koleszterin 23 mg;	Diákcsemege (6;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika Delma margarin (7;) élelmi rost 2.844 g; fehérje 9.065 g; só 1.7391 g; szénhidrát 26.835 g; telített zsírsav 3.7516 g; zsír 10.975 g; energia 243.538 kcal; energia 1017.98 kJ; koleszterin 22.7 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) élelmi rost 3.1 g; fehérje 7.95 g; só 1.52375 g; szénhidrát 25.05 g; telített zsírsav 3.3923 g; zsír 10.56 g; energia 228.113 kcal; energia 953.568 kJ; koleszterin 16.8 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 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek