

Étlap (allergén, élettani érték)



Óvoda

Üzem: 0017
1135 Bp., Reitter Ferenc utca 84.
Telefon: 329-84-11 Fax: 350-86-73

2023.04.17. - 2023.04.23.

Étkezés / Menü	Hétfő 04.17	Kedd 04.18	Szerda 04.19	Csütörtök 04.20	Péntek 04.21
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Gépsonka (1;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 968.829 kJ; energia 231.766 kcal; fehérje 9.856 g; szénhidrát 34.495 g; zsír 5.846 g; telített zsírsav 1.586 g; élelmi rost 3.318 g; só 0.906 g; koleszterin 17.2 mg; hozzáadott cukor 8.991 g;	Citromos tea (1;12;) Házi sajtkrém (1;3;6;7;9;10;12;) Zsemle (1;6;) Jégcsapretek energia 969.112 kJ; energia 231.843 kcal; fehérje 8.32 g; szénhidrát 39.941 g; zsír 4.177 g; telített zsírsav 2.437 g; élelmi rost 1.972 g; só 1.279 g; koleszterin 11.8 mg; hozzáadott cukor 9.028 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 8.332 g; telített zsírsav 3.807 g; élelmi rost 1.846 g; só 0.79 g; koleszterin 44.9 mg; hozzáadott cukor 10.489 g;	Citromos tea (1;12;) Házi párizsiskrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;7;) energia 840.338 kJ; energia 201.037 kcal; fehérje 7.635 g; szénhidrát 34.926 g; zsír 3.228 g; telített zsírsav 0.846 g; élelmi rost 6.021 g; só 0.923 g; koleszterin 9.975 mg; hozzáadott cukor 9.028 g;	Citromos tea (1;12;) Olasz (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 1117.76 kJ; energia 267.394 kcal; fehérje 8.076 g; szénhidrát 34.475 g; zsír 10.586 g; telített zsírsav 3.392 g; élelmi rost 3.318 g; só 1.524 g; koleszterin 16.8 mg; hozzáadott cukor 8.991 g;
ebéd / A	Májgaluskaleves (1;3;6;7;9;10;12;) Tejfőlös túró (7;) Túrós tészta (1;3;) energia 2588.77 kJ; energia 619.329 kcal; fehérje 23.143 g; szénhidrát 77.18 g; zsír 23.566 g; telített zsírsav 8.831 g; élelmi rost 6.211 g; só 2.51 g; koleszterin 18.3 mg; hozzáadott cukor 1.48 g;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;8;9;10;12;) Sárgaborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 3005.86 kJ; energia 719.1 kcal; fehérje 30.884 g; szénhidrát 80.18 g; zsír 30.15 g; telített zsírsav 6.745 g; élelmi rost 15.952 g; só 2.667 g; koleszterin 124.215 mg; cukor 0.046 g;	Tejfőlös karalábéleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Pusztapörkölt sertéshúsból (1;3;6;7;9;10;12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) energia 1859.67 kJ; energia 444.904 kcal; fehérje 15.37 g; szénhidrát 50.617 g; zsír 19.55 g; telített zsírsav 6.185 g; élelmi rost 6.992 g; só 2.948 g; koleszterin 49.1 mg; hozzáadott cukor 2.498 g;	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Főtt tojás (3;) Parajfőzelék (1;7;10;12;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 1336.17 kJ; energia 319.635 kcal; fehérje 11.474 g; szénhidrát 47.195 g; zsír 9.182 g; telített zsírsav 1.62 g; élelmi rost 5.54 g; só 1.694 g; koleszterin 4.171 mg;	Zöldsgékrémleves (1;3;6;7;9;10;12;) Csurgatott tészta (1;3;) Csiki aprópecsenye (1;3;6;7;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) Ecetes cékla (12;) energia 2659.88 kJ; energia 636.34 kcal; fehérje 19.673 g; szénhidrát 80.823 g; zsír 25.534 g; telített zsírsav 7.173 g; élelmi rost 6.145 g; só 2.801 g; koleszterin 57.6 mg; hozzáadott cukor 3.996 g;
uzsonna / A	Natúr vajkrém (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) Póréhagyma energia 912.009 kJ; energia 218.183 kcal; fehérje 6.17 g; szénhidrát 28.755 g; zsír 8.605 g; telített zsírsav 4.016 g; élelmi rost 3.245 g; só 1.007 g; koleszterin 23 mg;	Kenőmájás (9;10;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 804.384 kJ; energia 192.435 kcal; fehérje 8.08 g; szénhidrát 26.21 g; zsír 6.04 g; telített zsírsav 2.683 g; élelmi rost 2.45 g; só 1.55 g; koleszterin 44.8 mg;	Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 735.232 kJ; energia 175.88 kcal; fehérje 5.341 g; szénhidrát 25.842 g; zsír 5.589 g; telített zsírsav 0.748 g; élelmi rost 3.341 g; só 1.086 g; koleszterin 4.76 mg;	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika energia 848.022 kJ; energia 202.875 kcal; fehérje 8.07 g; szénhidrát 26.95 g; zsír 6.87 g; telített zsírsav 2.886 g; élelmi rost 2.844 g; só 1.344 g; koleszterin 10.2 mg;	Kakaós csiga 50g Alma energia 58.166 kJ; energia 13.916 kcal; fehérje 0.16 g; szénhidrát 2.8 g; zsír 0.16 g; telített zsírsav 0 g; élelmi rost 0.92 g; só 0.004 g; koleszterin 0 mg; hozzáadott cukor 0 g;

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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek