

Étlap (allergén, élettani érték)



Óvoda

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

2023.05.01. - 2023.05.07.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.01	Kedd 05.02	Szerda 05.03	Csütörtök 05.04	Péntek 05.05
tízórai / A		Citromos tea (1;12;) Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 1042.75 kJ; energia 249.45 kcal; fehérje 8.456 g; szénhidrát 34.535 g; zsír 8.406 g; telített zsírsav 2.556 g; élelmi rost 3.318 g; só 1.184 g; koleszterin 15.2 mg; hozzáadott cukor 8.991 g;	Citromos tea (1;12;) Házi vitaminos túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 814.205 kJ; energia 194.786 kcal; fehérje 6.693 g; szénhidrát 37.237 g; zsír 1.924 g; telített zsírsav 0.883 g; élelmi rost 2.989 g; só 1.255 g; koleszterin 2.99 mg; hozzáadott cukor 9.028 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 1231.68 kJ; energia 294.586 kcal; fehérje 12.131 g; szénhidrát 44.365 g; zsír 7.475 g; telített zsírsav 2.742 g; élelmi rost 3.296 g; só 0.953 g; koleszterin 10.6 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;	Citromos tea (1;12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Kígyóborka (12;) energia 968.648 kJ; energia 231.722 kcal; fehérje 8.007 g; szénhidrát 35.559 g; zsír 6.172 g; telített zsírsav 1.728 g; élelmi rost 3.586 g; só 1.081 g; koleszterin 11.312 mg; hozzáadott cukor 9.014 g;
ebéd / A		Scsíleves (1;7;9;10;12;) Morzsás nudli (1;3;5;6;7;8;) Porcukor energia 2833.29 kJ; energia 677.823 kcal; fehérje 17.572 g; szénhidrát 107.375 g; zsír 19.263 g; telített zsírsav 5.038 g; élelmi rost 3.115 g; só 2.702 g; koleszterin 29.4 mg; hozzáadott cukor 14.995 g;	Gombaleves (1;3;7;9;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;10;12;) Teljes kiőrlésű főtt tészta (1;3;6;7;) Ecetes cékla édesítőszerrel (12;) energia 2756.03 kJ; energia 659.321 kcal; fehérje 27.804 g; szénhidrát 61.115 g; zsír 33.311 g; telített zsírsav 9.338 g; élelmi rost 9.238 g; só 3.609 g; koleszterin 126.36 mg; hozzáadott cukor 4.006 g;	Vajasgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Csirke nuggets, tepsiben sütve (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;13;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Alma energia 2839.32 kJ; energia 679.264 kcal; fehérje 30.861 g; szénhidrát 78.573 g; zsír 26.11 g; telített zsírsav 5.457 g; élelmi rost 12.127 g; só 2.008 g; koleszterin 32.784 mg; hozzáadott cukor 1.011 g;	Fokhagymakrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Rántott sertésborda (1;3;5;7;8;) Párolt rizs (10;12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) energia 3301.35 kJ; energia 789.798 kcal; fehérje 25.028 g; szénhidrát 89.821 g; zsír 36.255 g; telített zsírsav 7.29 g; élelmi rost 4.409 g; só 3.769 g; koleszterin 100.085 mg; hozzáadott cukor 2.498 g;
uzsonna / A		Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Paradicsom energia 849.954 kJ; energia 203.337 kcal; fehérje 8.03 g; szénhidrát 27.15 g; zsír 6.85 g; telített zsírsav 2.895 g; élelmi rost 2.816 g; só 1.346 g; koleszterin 10.2 mg;	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Rágórépa (12;) energia 879.128 kJ; energia 210.199 kcal; fehérje 7.73 g; szénhidrát 26.15 g; zsír 8.08 g; telített zsírsav 2.49 g; élelmi rost 3.64 g; só 1.171 g; koleszterin 15.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) energia 707.72 kJ; energia 169.311 kcal; fehérje 7.473 g; szénhidrát 29.55 g; zsír 2.235 g; telített zsírsav 1.147 g; élelmi rost 1.515 g; só 0.95 g; koleszterin 7.85 mg; hozzáadott cukor 0.403 g;	Pizzás tekercs (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;) energia 777.374 kJ; energia 185.95 kcal; fehérje 2.909 g; szénhidrát 14.428 g; zsír 12.86 g; telített zsírsav 3.396 g; élelmi rost 0.791 g; só 1.135 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