

Étlap (allergén, élettani érték)



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

Óvoda

2023.05.29. - 2023.06.04.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.29	Kedd 05.30	Szerda 05.31	Csütörtök 06.01	Péntek 06.02
tízórai / A		Citromos tea (1;12;) Harcapástétom zöldfűszeres 130g (4;9;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 897.944 kJ; energia 214.816 kcal; fehérje 7.738 g; szénhidrát 36.412 g; zsír 4.05 g; telített zsírsav 1.128 g; élelmi rost 2.712 g; só 1.043 g; koleszterin 8.55 mg; hozzáadott cukor 8.991 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;	Forralt tej (7;) Virágméz Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 1216.15 kJ; energia 290.871 kcal; fehérje 12.05 g; szénhidrát 43.69 g; zsír 7.4 g; telített zsírsav 2.728 g; élelmi rost 3.1 g; só 0.951 g; koleszterin 10.6 mg; hozzáadott cukor 8.1 g;	Citromos tea (1;12;) Házi vitaminos túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 811.685 kJ; energia 194.171 kcal; fehérje 6.843 g; szénhidrát 36.037 g; zsír 2.324 g; telített zsírsav 0.883 g; élelmi rost 3.639 g; só 0.839 g; koleszterin 2.99 mg; hozzáadott cukor 9.028 g;
ebéd / A		Magyaros zellerleves (1;3;6;7;9;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;10;12;) Sárgaborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 2630.75 kJ; energia 629.362 kcal; fehérje 29.556 g; szénhidrát 56.559 g; zsír 31.179 g; telített zsírsav 7.887 g; élelmi rost 17.206 g; só 2.068 g; koleszterin 58.86 mg; hozzáadott cukor 0.007 g;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Ázsiai csirkehúsos makaróni (1;3;5;6;8;9;10;11;12;) energia 1982.09 kJ; energia 474.184 kcal; fehérje 20.951 g; szénhidrát 49.307 g; zsír 21.19 g; telített zsírsav 3.017 g; élelmi rost 3.682 g; só 1.535 g; koleszterin 98.625 mg; hozzáadott cukor 0.5 g;	Zöldségleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) szárnyashúsgombóc (3;10;12;) Paradicsommártás (1;9;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) energia 1656.09 kJ; energia 396.197 kcal; fehérje 17.406 g; szénhidrát 60.495 g; zsír 8.941 g; telített zsírsav 1.562 g; élelmi rost 5.778 g; só 2.325 g; koleszterin 50.85 mg; hozzáadott cukor 8.991 g;	Fokhagymakrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Natúr sertésszelet (1;10;12;) Párolt rizs (10;12;) Junior saláta édesítőszerrel (9;10;12;) energia 2341.11 kJ; energia 560.08 kcal; fehérje 21.136 g; szénhidrát 71.053 g; zsír 20.942 g; telített zsírsav 5.36 g; élelmi rost 2.603 g; só 2.365 g; koleszterin 62.7 mg;
uzsonna / A		Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Póréhagyma energia 885.591 kJ; energia 211.865 kcal; fehérje 8.6 g; szénhidrát 28.555 g; zsír 6.915 g; telített zsírsav 2.886 g; élelmi rost 3.245 g; só 1.347 g; koleszterin 10.2 mg;	Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Paradicsom energia 753.544 kJ; energia 180.26 kcal; fehérje 5.541 g; szénhidrát 26.642 g; zsír 5.629 g; telített zsírsav 0.756 g; élelmi rost 3.707 g; só 1.089 g; koleszterin 4.76 mg;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;) Kígyóborka (12;) energia 921.354 kJ; energia 220.421 kcal; fehérje 8.18 g; szénhidrát 29 g; zsír 7.85 g; telített zsírsav 2.531 g; élelmi rost 1.701 g; só 1.394 g; koleszterin 15.2 mg;	Sajtós pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) Am a energia 1489.05 kJ; energia 356.23 kcal; fehérje 7.707 g; szénhidrát 34.144 g; zsír 20.635 g; telített zsírsav 9.866 g; élelmi rost 3.84 g; só 0.621 g; koleszterin 70 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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek