

Étlap (allergén, élettani érték)

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

Óvoda

2023.08.21. - 2023.08.27.

Étkezés / Menü	Hétfő 08.21	Kedd 08.22	Szerda 08.23	Csütörtök 08.24	Péntek 08.25
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Sertés májkrém (1;6;) Zsemle (1;6;7;) energia 939.926 kJ; energia 224.861 kcal; fehérje 7.697 g; szénhidrát 37.132 g; zsír 4.88 g; telített zsírsav 1.654 g; élelmi rost 1.733 g; só 1.183 g; koleszterin 36.465 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;	Tej (7;) Virágméz Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 846.972 kJ; energia 202.579 kcal; fehérje 7.75 g; szénhidrát 29.165 g; zsír 6 g; telített zsírsav 2.246 g; élelmi rost 1.225 g; só 0.801 g; koleszterin 8 mg; hozzáadott cukor 8.1 g;	Citromos tea (1;12;) Sajtkrém natúr (7;) Szezámagos zsemle (1;6;7;11;) energia 942.457 kJ; energia 225.467 kcal; fehérje 5.653 g; szénhidrát 35.724 g; zsír 6.48 g; telített zsírsav 3.564 g; élelmi rost 1.733 g; só 1.013 g; koleszterin 19.2 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;	Citromos tea (1;12;) Magyaros túrókrém (7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) Zöldpaprika energia 886.755 kJ; energia 212.132 kcal; fehérje 8.008 g; szénhidrát 33.868 g; zsír 4.785 g; telített zsírsav 1.71 g; élelmi rost 3.811 g; só 0.92 g; koleszterin 5.334 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;7;) Rágórépa (12;) energia 1270.77 kJ; energia 303.841 kcal; fehérje 12.651 g; szénhidrát 44.971 g; zsír 7.889 g; telített zsírsav 3.662 g; élelmi rost 6.461 g; só 0.858 g; koleszterin 21.9 mg; hozzáadott cukor 6.993 g;
ebéd / A	Frankfurti leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Szilvaskváros derelye (1;5;6;7;8;12;) Porcukor energia 1007.92 kJ; energia 241.13 kcal; fehérje 4.562 g; szénhidrát 29.32 g; zsír 11.567 g; telített zsírsav 2.897 g; élelmi rost 3.197 g; só 3.236 g; koleszterin 12 mg; hozzáadott cukor 9.99 g;	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Szárnas vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Parajfőzelék (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 2309.7 kJ; energia 552.523 kcal; fehérje 26.71 g; szénhidrát 76.744 g; zsír 15.031 g; telített zsírsav 2.717 g; élelmi rost 8.408 g; só 2.821 g; koleszterin 61.996 mg;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Mexikói csirke tokány (1;9;10;12;) Bulgur (1;) energia 1494.36 kJ; energia 357.502 kcal; fehérje 18.498 g; szénhidrát 45.528 g; zsír 12.071 g; telített zsírsav 1.802 g; élelmi rost 8.556 g; só 1.6 g; koleszterin 36.75 mg; hozzáadott cukor 0.515 g;	Zöldborsóleves (1;3;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű főtt tészta (1;3;6;7;) energia 2467.04 kJ; energia 590.185 kcal; fehérje 32.812 g; szénhidrát 72.921 g; zsír 18.229 g; telített zsírsav 3.793 g; élelmi rost 14.364 g; só 3.027 g; koleszterin 121.5 mg; hozzáadott cukor 1.509 g;	Sió almalé 100% Párizsi csirkemell filé (1;3;7;) Párolt rizs (10;12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) energia 2613.86 kJ; energia 625.358 kcal; fehérje 22.151 g; szénhidrát 73.732 g; zsír 26.302 g; telített zsírsav 3.356 g; élelmi rost 3.14 g; só 2.635 g; koleszterin 65.908 mg; hozzáadott cukor 2.498 g;
uzsonna / A	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 829.122 kJ; energia 198.342 kcal; fehérje 7.98 g; szénhidrát 25.15 g; zsír 7.21 g; telített zsírsav 2.886 g; élelmi rost 3.1 g; só 0.926 g; koleszterin 10.2 mg;	Kolbászkrem (6;7;9;10;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) energia 668.875 kJ; energia 160.019 kcal; fehérje 4.522 g; szénhidrát 13.469 g; zsír 9.699 g; telített zsírsav 3.276 g; élelmi rost 1.411 g; só 0.933 g; koleszterin 14.952 mg;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Paradicsom energia 629.118 kJ; energia 150.507 kcal; fehérje 5.93 g; szénhidrát 14.035 g; zsír 7.77 g; telített zsírsav 2.49 g; élelmi rost 1.591 g; só 1.103 g; koleszterin 15.2 mg;	Soproni felvágott (1;3;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) energia 605.01 kJ; energia 144.733 kcal; fehérje 5.87 g; szénhidrát 13.155 g; zsír 7.55 g; telített zsírsav 2.439 g; élelmi rost 1.225 g; só 1.16 g; koleszterin 19.6 mg;	Sajtosrúd (1;3;6;7;12;) Alma energia 668.338 kJ; energia 159.866 kcal; fehérje 6.599 g; szénhidrát 26.037 g; zsír 3.113 g; telített zsírsav 1.697 g; élelmi rost 2.147 g; só 0.872 g; koleszterin 9.5 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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek