

Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0035
1165 Bp., Hunyadvár utca 16.
Telefon: - Fax: -

- Margaréta Óvoda (Monoki u.) (Óvoda)

2024.06.10. - 2024.06.16.

Étkezés / Menü	Hétfő 06.10	Kedd 06.11	Szerda 06.12	Csütörtök 06.13	Péntek 06.14
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Sajtkrém natúr (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.1 g; fehérje 5.618 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.83375 g; szénhidrát 32.72 g; telített zsírsav 3.6068 g; zsír 6.142 g; energia 209.849 kcal; energia 877.224 kJ; koleszterin 19.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Tavaszi felvágott (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Zöldpaprika élelmi rost 3.494 g; fehérje 5.458 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.14035 g; szénhidrát 32.74 g; telített zsírsav 1.1003 g; zsír 4.462 g; energia 194.094 kcal; energia 811.368 kJ; koleszterin 0.2 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Sajtos kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.42315 g; fehérje 13.3595 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.13725 g; szénhidrát 42.612 g; telített zsírsav 3.3388 g; zsír 6.028 g; energia 279.406 kcal; energia 1168.17 kJ; koleszterin 19.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 3.64 g; fehérje 9.408 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.82375 g; szénhidrát 33.44 g; telített zsírsav 2.0473 g; zsír 8.042 g; energia 246.133 kcal; energia 1029.33 kJ; koleszterin 135.2 mg;	Tej (7;) Barack lekvár (12;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.46 g; fehérje 12.09 g; hozzáadott cukor 10.86 g; só 0.95775 g; szénhidrát 48.49 g; telített zsírsav 2.7285 g; zsír 7.4 g; energia 310.673 kcal; energia 1298.93 kJ; koleszterin 10.6 mg;
ebéd / A	Májgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) Alma élelmi rost 7.051 g; fehérje 16.284 g; hozzáadott cukor 30.477 g; só 1.08358 g; szénhidrát 79.823 g; telített zsírsav 3.129 g; zsír 10.223 g; energia 481.722 kcal; energia 2013.85 kJ; koleszterin 159.181 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Fokhagymás sertésaprópecsenye (1;10;12;) Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 6.806 g; fehérje 23.612 g; hozzáadott cukor 1.998 g; só 2.12125 g; szénhidrát 53.861 g; telített zsírsav 9.939 g; zsír 34.852 g; energia 628.173 kcal; energia 2625.78 kJ; koleszterin 62.01 mg;	Vajsgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Sertés paprikás (1;7;9;10;12;) Durum tészta köret (1;3;) élelmi rost 5.308 g; fehérje 22.713 g; hozzáadott cukor 0.012 g; só 1.803 g; szénhidrát 64.439 g; telített zsírsav 9.188 g; zsír 35.321 g; energia 671.06 kcal; energia 2805.03 kJ; koleszterin 70.584 mg;	Magyaros zöldségleves (1;3;9;10;12;) Zöldséges rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;13;) Vitamin saláta édesítőszerrel (9;10;12;) élelmi rost 5.996 g; fehérje 15.938 g; hozzáadott cukor 0.012 g; só 2.491 g; szénhidrát 62.966 g; telített zsírsav 4.917 g; zsír 19.31 g; energia 492.723 kcal; energia 2059.57 kJ; koleszterin 30.6 mg;	Paradicsomleves (1;3;9;10;12;) Rántott panírozott halrúd (1;3;4;5;6;7;8;9;10;11;14;) Petrezselymes burgonya (12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) cukor 0.455 g; élelmi rost 6.824 g; fehérje 17.22 g; hozzáadott cukor 13.996 g; só 4.033 g; szénhidrát 85.222 g; telített zsírsav 1.719 g; zsír 16.326 g; energia 562.734 kcal; energia 2352.19 kJ;
uzsonna / A	Soproni felvágott (1;3;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.12 g; só 1.4475 g; szénhidrát 28.58 g; telített zsírsav 2.4893 g; zsír 7.65 g; energia 216.675 kcal; energia 905.73 kJ; koleszterin 19.6 mg;	Diákcsemege (6;) Delma margarin (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.625 g; só 1.525 g; szénhidrát 28.585 g; telített zsírsav 3.7266 g; zsír 10.765 g; energia 246.905 kcal; energia 1032.05 kJ; koleszterin 22.7 mg;	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 3.286 g; fehérje 10.95 g; só 1.17525 g; szénhidrát 25.65 g; telített zsírsav 4.6725 g; zsír 10.04 g; energia 237.881 kcal; energia 994.392 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 7.473 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9505 g; szénhidrát 29.55 g; telített zsírsav 1.1466 g; zsír 2.235 g; energia 169.311 kcal; energia 707.72 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Alma élelmi rost 5.59 g; fehérje 1.88 g; hozzáadott cukor 4 g; só 0.092575 g; szénhidrát 23.5 g; telített zsírsav 1.2 g; zsír 3.48 g; energia 135.903 kcal; energia 568.084 kJ;

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