

Étlap (allergén, élettani érték)

- Margaréta Óvoda (Monoki u.) (Óvoda)

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

2024.05.13. - 2024.05.19.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.13	Kedd 05.14	Szerda 05.15	Csütörtök 05.16	Péntek 05.17
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Kenőmájás (9;10;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 1.701 g; fehérje 8.088 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.344 g; szénhidrát 36.05 g; telített zsírsav 2.6578 g; zsír 5.912 g; energia 231.093 kcal; energia 965.97 kJ; koleszterin 44.8 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.532 g; fehérje 7.539 g; hozzáadott cukor 7.016 g; só 1.49 g; szénhidrát 34.144 g; telített zsírsav 1.728 g; zsír 5.728 g; energia 219.725 kcal; energia 918.455 kJ; koleszterin 11.312 mg;	Vaníliás tej (1;7;) Fatörzs kifli (1;3;5;6;7;8;) élelmi rost 1.562 g; fehérje 12.3891 g; hozzáadott cukor 8.3926 g; só 0.2665 g; szénhidrát 46.3831 g; telített zsírsav 3.6844 g; zsír 7.9933 g; energia 308.441 kcal; energia 1289.5 kJ; koleszterin 43.175 mg;	Gyümölcs tea (12;) Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.45 g; fehérje 7.448 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.555 g; szénhidrát 33.38 g; telített zsírsav 2.47624 g; zsír 7.642 g; energia 233.435 kcal; energia 975.756 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) élelmi rost 5.92085 g; fehérje 12.4211 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.92419 g; szénhidrát 43.6906 g; telített zsírsav 2.6648 g; zsír 7.3491 g; energia 291.916 kcal; energia 1220.46 kJ; koleszterin 10.6 mg;
ebéd / A	Babgulyás (1;3;9;10;12;) Tejben rizs (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 11.9 g; fehérje 24.274 g; hozzáadott cukor 30.977 g; só 1.47125 g; szénhidrát 109.807 g; telített zsírsav 4.868 g; zsír 15.374 g; energia 677.303 kcal; energia 2831.34 kJ; koleszterin 28.856 mg;	Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sült csirkemell (1;10;12;) Tököfzelék (1;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Alma élelmi rost 11.358 g; fehérje 24.359 g; hozzáadott cukor 1.513 g; só 2.44257 g; szénhidrát 60.543 g; telített zsírsav 3.506 g; zsír 16.201 g; energia 491.085 kcal; energia 2052.71 kJ; koleszterin 48 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Csurgatott tészta (1;3;) Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekekkel (10;12;) élelmi rost 4.23 g; fehérje 18.911 g; hozzáadott cukor 0.007 g; só 2.617 g; szénhidrát 64.051 g; telített zsírsav 7.534 g; zsír 25.27 g; energia 562.191 kcal; energia 2349.94 kJ; koleszterin 55.9 mg;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Májás setésvagdalt (1;3;5;6;7;8;12;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Túró Rudi (5;6;7;8;) cukor 11.46 g; élelmi rost 10.945 g; fehérje 30.585 g; hozzáadott cukor 2.013 g; só 2.67275 g; szénhidrát 82.453 g; telített zsírsav 8.977 g; zsír 23.919 g; energia 671.338 kcal; energia 2807 kJ; koleszterin 162.66 mg;	Tárkonyos zöldségleves (1;7;8;9;10;12;) Parajos penne (1;3;6;7;10;12;) Reszelt sajt (7;) élelmi rost 5.513 g; fehérje 18.261 g; só 2.239 g; szénhidrát 59.218 g; telített zsírsav 8.3152 g; zsír 28.789 g; energia 572.235 kcal; energia 2391.92 kJ; koleszterin 32.64 mg;
uzsonna / A	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.45 g; fehérje 9.58 g; só 1.3225 g; szénhidrát 26.27 g; telített zsírsav 1.5863 g; zsír 5.42 g; energia 193.1 kcal; energia 807.156 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű rozs zsemle 50g Paning (1;) élelmi rost 0 g; fehérje 5.7 g; só 0.585 g; szénhidrát 0.36 g; telített zsírsav 4.5225 g; zsír 9.12 g; energia 106.829 kcal; energia 446.544 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.1 g; fehérje 7.95 g; só 1.52375 g; szénhidrát 25.05 g; telített zsírsav 3.3923 g; zsír 10.56 g; energia 228.113 kcal; energia 953.568 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Kockasajt (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 7.713 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9521 g; szénhidrát 30.15 g; telített zsírsav 1.1466 g; zsír 2.295 g; energia 173.229 kcal; energia 724.1 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) Alma élelmi rost 5.45 g; fehérje 7.9873 g; só 0.628043 g; szénhidrát 39.0436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.9146 g; energia 380.583 kcal; energia 1590.84 kJ; 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, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek