

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0087
1214 Budapest, Simon Bolívar sétány 4-8.
Telefon: - Fax: -

- Dunaharaszti Hétszínvirág Óvoda (Óvoda)

2024.04.15. - 2024.04.21.

Étkezés / Menü	Hétfő 04.15	Kedd 04.16	Szerda 04.17	Csütörtök 04.18	Péntek 04.19
tízórai / A		Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.711 g; fehérje 11.781 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.1565 g; szénhidrát 47.915 g; telített zsírsav 2.7173 g; zsír 6.925 g; energia 302.486 kcal; energia 1264.65 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Forralt tej (7;) kuglóf (1;3;6;7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 2.94228 g; fehérje 12.9702 g; hozzáadott cukor 5.994 g; só 0.39443 g; szénhidrát 45.4574 g; telített zsírsav 5.07478 g; zsír 11.7038 g; energia 340.595 kcal; energia 1423.99 kJ; koleszterin 42.1 mg;	Gyümölcs tea (12;) Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.756 g; fehérje 5.004 g; hozzáadott cukor 9.99 g; só 1.0935 g; szénhidrát 39.632 g; telített zsírsav 0.723 g; zsír 5.042 g; energia 225.391 kcal; energia 942.135 kJ; koleszterin 4.76 mg;	Citromos tea (1;12;) Sajtkrém natúr (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 4.255 g; fehérje 7.017 g; hozzáadott cukor 11.189 g; só 0.9575 g; szénhidrát 42.685 g; telített zsírsav 3.6368 g; zsír 6.381 g; energia 258.343 kcal; energia 1079.93 kJ; koleszterin 19.2 mg;
tízórai / OVI	Citromos tea (1;12;) Párizsis margarinkrém (6;7;8;9;10;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.31 g; fehérje 7.818 g; hozzáadott cukor 11.189 g; só 1.696 g; szénhidrát 43.494 g; telített zsírsav 2.514 g; zsír 7.509 g; energia 275.031 kcal; energia 1149.63 kJ; koleszterin 12.468 mg;				
ebéd / A		Rántott leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Fűszeres sült csirkemellfilé (1;3;6;7;9;10;12;13;) Sárgaborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 14.728 g; fehérje 31.437 g; só 1.7555 g; szénhidrát 58.354 g; telített zsírsav 1.966 g; zsír 15.178 g; energia 498.299 kcal; energia 2082.89 kJ; koleszterin 36 mg;	Tejfölös karalábéleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Pusztapörkölt sertéshúsból (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Csemege uborka édesítő szerekekkel (10;12;) élelmi rost 8.286 g; fehérje 18.05 g; só 3.01 g; szénhidrát 62.212 g; telített zsírsav 6.268 g; zsír 20.038 g; energia 506.499 kcal; energia 2117.15 kJ; koleszterin 49.1 mg;	Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Szezámagos sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11;12;) Parajfőzelék (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 6.954 g; fehérje 21.363 g; hozzáadott cukor 0.007 g; só 2.693 g; szénhidrát 56.035 g; telített zsírsav 5.566 g; zsír 22.777 g; energia 517.292 kcal; energia 2162.42 kJ; koleszterin 51.16 mg;	Zöldségkrémleves (1;3;6;7;9;10;12;) Csurgatott tészta (1;3;) Csiki aprópecsenye (1;3;6;7;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) Ecetes cékla édesítőszerekkel (12;) élelmi rost 6.145 g; fehérje 19.673 g; hozzáadott cukor 3.996 g; só 2.79978 g; szénhidrát 80.823 g; telített zsírsav 7.173 g; zsír 25.534 g; energia 636.339 kcal; energia 2659.88 kJ; koleszterin 57.6 mg;
ebéd / OVI	Májgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Gyümölcsös tejberizs (1;3;5;6;7;8;12;) Alma élelmi rost 6.41 g; fehérje 15.567 g; hozzáadott cukor 17.952 g; só 1.13863 g; szénhidrát 81.481 g; telített zsírsav 3.682 g; zsír 11.226 g; energia 494.772 kcal; energia 2068.05 kJ; koleszterin 163.617 mg;				
uzsonna / A	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Reszelt trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 11.76 g; só 1.286 g; szénhidrát 30.3 g; telített zsírsav 4.7025 g; zsír 10.2 g; energia 261.269 kcal; energia 1092.17 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 3.906 g; fehérje 10.47 g; só 0.9155 g; szénhidrát 30.5 g; telített zsírsav 2.0633 g; zsír 8.2 g; energia 238.804 kcal; energia 998.256 kJ; koleszterin 135.2 mg;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Paradicsom élelmi rost 4.086 g; fehérje 9.54 g; só 1.30415 g; szénhidrát 30.9 g; telített zsírsav 2.5945 g; zsír 8.6 g; energia 240.289 kcal; energia 1004.47 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.334 g; fehérje 11.82 g; só 1.7866 g; szénhidrát 32.34 g; telített zsírsav 4.7025 g; zsír 9.78 g; energia 265.925 kcal; energia 1111.57 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kakaós csiga (1;3;7;8;11;) cukor 2.75 g; élelmi rost 0.55 g; fehérje 4.05 g; hozzáadott cukor 0 g; só 0.0004 g; szénhidrát 28 g; telített zsírsav 5.6 g; zsír 16.25 g; energia 286 kcal; energia 1198.5 kJ; koleszterin 0 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