

# Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0036  
1202 Bp., Lázár utca 3-5.  
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

SZGYI - Bölcsöde - Horváth Samu - CB - Tejmentes, Bölcsödés (Bölcsöde)

2024.09.16 - 2024.09.22

Étkezés / Menü	Hétfő 09.16	Kedd 09.17	Szerda 09.18	Csütörtök 09.19	Péntek 09.20
<b>reggeli / CB</b>	Rizsital Harcapástétom zöldfűszeres 30g (2;4;14;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 2.181 g; fehérje 9.3283 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 1.04699 g; szénhidrát 48.0949 g; telített zsírsav 1.8317 g; zsír 7.5757 g; energia 299.33 kcal; energia 1250.81 kJ; koleszterin 12.825 mg;	Tea (12;) Főtt tojás (3;)  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.75 g; só 0.8955 g; szénhidrát 28.68 g; telített zsírsav 1.058 g; zsír 3.95 g; energia 187.6 kcal; energia 785.19 kJ; koleszterin 135 mg;	Rizsital Kométa Classic Extra sonka  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;)  cukor 0.135 g; élelmi rost 2.301 g; fehérje 8.01 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 0.98927 g; szénhidrát 47.33 g; telített zsírsav 0.545 g; zsír 2.76 g; energia 247.202 kcal; energia 1033.37 kJ;	Tea (12;) Kométa zala felvágott  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;	Tea (12;) Eurofood baromfimájás krém  Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;)  élelmi rost 1.701 g; fehérje 6.595 g; só 0.794195 g; szénhidrát 29.575 g; telített zsírsav 0.95 g; zsír 3.655 g; energia 178.552 kcal; energia 745.818 kJ;
<b>tízórai / CB</b>	Banán élelmi rost 1.8 g; fehérje 1.17 g; só 0.0495 g; szénhidrát 21.78 g; zsír 0.09 g; energia 94.473 kcal; energia 394.895 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Körte élelmi rost 2.52 g; fehérje 0.36 g; só 0.005175 g; szénhidrát 10.8 g; zsír 0.27 g; energia 47.691 kcal; energia 199.363 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Szilva élelmi rost 1.53 g; fehérje 0.72 g; só 0.008775 g; szénhidrát 9.18 g; energia 42.669 kcal; energia 178.371 kJ;
<b>uzsonna / CB</b>	Kométa Classic Extra sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika cukor 0.135 g; élelmi rost 1.909 g; fehérje 7.49 g; só 0.78937 g; szénhidrát 29.25 g; telített zsírsav 0.305 g; zsír 0.86 g; energia 155.368 kcal; energia 649.92 kJ;	Kométa zala felvágott Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;	Brokkolis zöldségpástétom Eurofood Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.515 g; fehérje 5.06 g; só 0.7878 g; szénhidrát 29.955 g; telített zsírsav 0.47 g; zsír 3.41 g; energia 171.85 kcal; energia 717.99 kJ;	Jam mini diabetikus (12;) Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.955 g; fehérje 5.07536 g; só 0.815586 g; szénhidrát 34.7876 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.38564 g; energia 165.06 kcal; energia 689.93 kJ;	Kométa zala felvágott Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;
<b>egyéb ebéd / CB</b>	Roston sült pulykamell (10;) Vitaminfőzelék új SP. (12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 4.7 g; só 0.7875 g; szénhidrát 28.5 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.35 g; energia 136.6 kcal; energia 570.99 kJ;	Parajos csirkeragu (12;) Glutén-tojásmentes szarvacska köret Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Vagdalt szelet (12;) Brokkoli főzelék (10;12;)	Citromos csirkeraguleves (10;12;) Gyümölcsrizs D. (rizstejjel) (12;)	Sertés sült Tökfőzelék (12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 4.7 g; só 0.7875 g; szénhidrát 28.5 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.35 g; energia 136.6 kcal; energia 570.99 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 - Szezámag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

# Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0036  
1202 Bp., Lázár utca 3-5.  
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

SZGYI - Bölcsőde - Ullmann Léna - OMB - Olajosmagmentes bölcsődés (Bölcsőde)

2024.09.16 - 2024.09.22

Étkezés / Menü	Hétfő 09.16	Kedd 09.17	Szerda 09.18	Csütörtök 09.19	Péntek 09.20
<b>reggeli / CB</b>	Rizsital Harcapástétom zöldfűszeres 30g (2;4;14;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 2.181 g; fehérje 9.3283 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 1.04699 g; szénhidrát 48.0949 g; telített zsírsav 1.8317 g; zsír 7.5757 g; energia 299.33 kcal; energia 1250.81 kJ; koleszterin 12.825 mg;	Tea (12;) Főtt tojás (3;)  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.75 g; só 0.8955 g; szénhidrát 28.68 g; telített zsírsav 1.058 g; zsír 3.95 g; energia 187.6 kcal; energia 785.19 kJ; koleszterin 135 mg;	Rizsital Kométa Classic Extra sonka  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;)  cukor 0.135 g; élelmi rost 2.301 g; fehérje 8.01 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 0.98927 g; szénhidrát 47.33 g; telített zsírsav 0.545 g; zsír 2.76 g; energia 247.202 kcal; energia 1033.37 kJ;	Tea (12;) Kométa zala felvágott  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;	Tea (12;) Eurofood baromfimájás krém  Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;)  élelmi rost 1.701 g; fehérje 6.595 g; só 0.794195 g; szénhidrát 29.575 g; telített zsírsav 0.95 g; zsír 3.655 g; energia 178.552 kcal; energia 745.818 kJ;
<b>tízórai / CB</b>	Banán élelmi rost 1.8 g; fehérje 1.17 g; só 0.0495 g; szénhidrát 21.78 g; zsír 0.09 g; energia 94.473 kcal; energia 394.895 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Körte élelmi rost 2.52 g; fehérje 0.36 g; só 0.005175 g; szénhidrát 10.8 g; zsír 0.27 g; energia 47.691 kcal; energia 199.363 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Szilva élelmi rost 1.53 g; fehérje 0.72 g; só 0.008775 g; szénhidrát 9.18 g; energia 42.669 kcal; energia 178.371 kJ;
<b>uzsonna / CB</b>	Kométa Classic Extra sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika cukor 0.135 g; élelmi rost 1.909 g; fehérje 7.49 g; só 0.78937 g; szénhidrát 29.25 g; telített zsírsav 0.305 g; zsír 0.86 g; energia 155.368 kcal; energia 649.92 kJ;	Kométa zala felvágott Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;	Brokkolis zöldségpástétom Eurofood Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.515 g; fehérje 5.06 g; só 0.7878 g; szénhidrát 29.955 g; telített zsírsav 0.47 g; zsír 3.41 g; energia 171.85 kcal; energia 717.99 kJ;	Jam mini diabetikus (12;) Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.955 g; fehérje 5.07536 g; só 0.815586 g; szénhidrát 34.7876 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.38564 g; energia 165.06 kcal; energia 689.93 kJ;	Kométa zala felvágott Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;
<b>egyéb ebéd / CB</b>	Roston sült pulykamell (10;) Vitaminfőzelék új SP. (12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 4.7 g; só 0.7875 g; szénhidrát 28.5 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.35 g; energia 136.6 kcal; energia 570.99 kJ;	Parajos csirkeragu (12;) Glutén-tojásmentes szarvacska köret Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Vagdalt szelet (12;) Brokkoli főzelék (10;12;)	Citromos csirkeraguleves (10;12;) Gyümölcsrizs D. (rizstejjel) (12;)	Sertés sült Tökfőzelék (12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 4.7 g; só 0.7875 g; szénhidrát 28.5 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.35 g; energia 136.6 kcal; energia 570.99 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, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek

# Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0036  
1202 Bp., Lázár utca 3-5.  
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

SZGYI - Bölcsőde - Bella Diána - CB - Tejmentes, Bölcsődés (Bölcsőde)

2024.09.16 - 2024.09.22

Étkezés / Menü	Hétfő 09.16	Kedd 09.17	Szerda 09.18	Csütörtök 09.19	Péntek 09.20
<b>reggeli / CB</b>	Rizsital Harcapástétom zöldfűszeres 30g (2;4;14;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 2.181 g; fehérje 9.3283 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 1.04699 g; szénhidrát 48.0949 g; telített zsírsav 1.8317 g; zsír 7.5757 g; energia 299.33 kcal; energia 1250.81 kJ; koleszterin 12.825 mg;	Tea (12;) Főtt tojás (3;)  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.75 g; só 0.8955 g; szénhidrát 28.68 g; telített zsírsav 1.058 g; zsír 3.95 g; energia 187.6 kcal; energia 785.19 kJ; koleszterin 135 mg;	Rizsital Kométa Classic Extra sonka  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kigyóuborka (12;)  cukor 0.135 g; élelmi rost 2.301 g; fehérje 8.01 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 0.98927 g; szénhidrát 47.33 g; telített zsírsav 0.545 g; zsír 2.76 g; energia 247.202 kcal; energia 1033.37 kJ;	Tea (12;) Kométa zala felvágott  Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;	Tea (12;) Eurofood baromfimájás krém  Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kigyóuborka (12;)  élelmi rost 1.701 g; fehérje 6.595 g; só 0.794195 g; szénhidrát 29.575 g; telített zsírsav 0.95 g; zsír 3.655 g; energia 178.552 kcal; energia 745.818 kJ;
<b>tízórai / CB</b>	Banán élelmi rost 1.8 g; fehérje 1.17 g; só 0.0495 g; szénhidrát 21.78 g; zsír 0.09 g; energia 94.473 kcal; energia 394.895 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Körte élelmi rost 2.52 g; fehérje 0.36 g; só 0.005175 g; szénhidrát 10.8 g; zsír 0.27 g; energia 47.691 kcal; energia 199.363 kJ;	Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Szilva élelmi rost 1.53 g; fehérje 0.72 g; só 0.008775 g; szénhidrát 9.18 g; energia 42.669 kcal; energia 178.371 kJ;
<b>uzsonna / CB</b>	Kométa Classic Extra sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika cukor 0.135 g; élelmi rost 1.909 g; fehérje 7.49 g; só 0.78937 g; szénhidrát 29.25 g; telített zsírsav 0.305 g; zsír 0.86 g; energia 155.368 kcal; energia 649.92 kJ;	Kométa zala felvágott Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;	Brokkolis zöldségpástétom Eurofood Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.515 g; fehérje 5.06 g; só 0.7878 g; szénhidrát 29.955 g; telített zsírsav 0.47 g; zsír 3.41 g; energia 171.85 kcal; energia 717.99 kJ;	Jam mini diabetikus (12;) Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  élelmi rost 1.955 g; fehérje 5.07536 g; só 0.815586 g; szénhidrát 34.7876 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.38564 g; energia 165.06 kcal; energia 689.93 kJ;	Kométa zala felvágott Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;)  cukor 0.03 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 6.65 g; só 1.02188 g; szénhidrát 28.725 g; telített zsírsav 0.935 g; zsír 2.6 g; energia 165.55 kcal; energia 691.29 kJ; koleszterin 0.099 mg;
<b>egyéb ebéd / CB</b>	Roston sült pulykamell (10;) Vitaminfőzelék új SP. (12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 4.7 g; só 0.7875 g; szénhidrát 28.5 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.35 g; energia 136.6 kcal; energia 570.99 kJ;	Parajos csirkeragu (12;) Glutén-tojásmentes szarvacska köret Alma élelmi rost 2.07 g; fehérje 0.36 g; só 0.008775 g; szénhidrát 6.3 g; zsír 0.36 g; energia 31.311 kcal; energia 130.873 kJ;	Vagdalt szelet (12;) Brokkoli főzelék (10;12;)	Citromos csirkeraguleves (10;12;) Gyümölcsrizs D. (rizstejjel) (12;)	Sertés sült Tökfőzelék (12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 4.7 g; só 0.7875 g; szénhidrát 28.5 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.35 g; energia 136.6 kcal; energia 570.99 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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek