

Étlap (allergén, élettani érték)

- Bozóky Mihály Általános Iskola (Iskola)

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

2024.03.11. - 2024.03.17.

Étkezés / Menü	Hétfő 03.11	Kedd 03.12	Szerda 03.13	Csütörtök 03.14	Péntek 03.15
tízórai / A	Tej (7;) Barack lekvár (12;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.3 g; fehérje 12.92 g; hozzáadott cukor 10.86 g; só 1.574 g; szénhidrát 54.92 g; telített zsírsav 2.7585 g; zsír 7.1 g; energia 337.151 kcal; energia 1409.55 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Gyümölcs tea (12;) Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 1.701 g; fehérje 9.12 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.002 g; szénhidrát 37.24 g; telített zsírsav 2.0083 g; zsír 7.472 g; energia 254.181 kcal; energia 1062.47 kJ; koleszterin 135.2 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) kuglóf (1;3;6;7;) élelmi rost 2.6869 g; fehérje 11.9535 g; hozzáadott cukor 13.387 g; só 0.294525 g; szénhidrát 50.1445 g; telített zsírsav 3.7254 g; zsír 7.4265 g; energia 316.667 kcal; energia 1323.96 kJ; koleszterin 36.65 mg;	Gyümölcs tea (12;) Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Zöldpaprika élelmi rost 4.355 g; fehérje 6.601 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.0081 g; szénhidrát 39.612 g; telített zsírsav 0.778 g; zsír 5.831 g; energia 238.755 kcal; energia 998.063 kJ; koleszterin 4.76 mg;	
ebéd / A	Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Üstös káposzta (1;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Alma élelmi rost 12.9 g; fehérje 17.521 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.92383 g; szénhidrát 52.989 g; telített zsírsav 6.637 g; zsír 21.861 g; energia 483.838 kcal; energia 2022.48 kJ; koleszterin 46.68 mg;	Zellerkrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Ázsiai csirkeragu (1;5;6;8;9;10;11;12;) Főtt durum spagetti (1;3;) élelmi rost 8.032 g; fehérje 27.735 g; hozzáadott cukor 0.599 g; só 2.867 g; szénhidrát 80.34 g; telített zsírsav 6.07 g; zsír 32.656 g; energia 731.615 kcal; energia 3058.16 kJ; koleszterin 70.38 mg;	Tejfölös karfiolleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Szezámagos rántott sertésborda (1;3;5;6;7;8;11;) Petrezselymes pároltrisz (1;3;6;7;9;10;12;13;) Vitamin saláta édesítőszerrel (9;10;12;) élelmi rost 4.951 g; fehérje 28.858 g; só 3.93 g; szénhidrát 89.939 g; telített zsírsav 8.514 g; zsír 44.095 g; energia 876.258 kcal; energia 3662.75 kJ; koleszterin 113.972 mg;	Karfiolkrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Főtt baromfivirslis (9;10;) Finomfőzelék (1;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 10.978 g; fehérje 25.578 g; hozzáadott cukor 1.399 g; só 3.676 g; szénhidrát 59.194 g; telített zsírsav 5.748 g; zsír 23.044 g; energia 550.878 kcal; energia 2302.77 kJ; koleszterin 59.098 mg;	
uzsonna / A	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kifli (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 10.64 g; só 1.3741 g; szénhidrát 29.46 g; telített zsírsav 4.6475 g; zsír 9.53 g; energia 247.347 kcal; energia 1033.91 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 10.74 g; só 1.023 g; szénhidrát 30.06 g; telített zsírsav 1.6163 g; zsír 6 g; energia 218.225 kcal; energia 912.24 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.72 g; fehérje 8.82 g; só 1.2635 g; szénhidrát 30.546 g; telített zsírsav 2.51224 g; zsír 8.24 g; energia 232.361 kcal; energia 971.332 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Sajtosrúd (1;3;6;7;12;) élelmi rost 1.22715 g; fehérje 6.4385 g; só 0.86825 g; szénhidrát 23.237 g; telített zsírsav 1.6968 g; zsír 2.953 g; energia 145.95 kcal; energia 610.172 kJ; 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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek