

Étlap

normál

2024.04.15. - 2024.04.21.



Nyomtatás: 2024.04.09. 9:28

Nyomtatta: Varga Márta

Mezőberényi Általános Iskola, Művészeti Isk. és Kollégium (Luther tér)

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

04.15

Citromos tea
Padlizsánkrém
Kenyér félbarna szeletelt

Májgaluska leves
Gyümölcsös tejberizs
Alma

Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Trappista sajt
Delma margarin

Kedd

04.16

Tejeskávé
Delma margarin
Kifli
Zöldpaprika

Rántott leves
Zsemle kocka
Fűszeres sült csirkemellfilé
Sárgaborsó főzelék
Kenyér félbarna szeletelt

Főtt tojás
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Szerda

04.17

Forralt tej
kuglóf

Tejfölös karalábéleves
Pusztapörkölt sertéshúsból
Csemege uborka édesítő
szerekkel

Zala felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Paradicsom

Csütörtök

04.18

Gyümölcs tea
Házi párizsiskrém
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)

Alföldi leves
Szezámagos sertésvagdalt
Parajfőzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Trappista sajt
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Zöldpaprika

Péntek

04.19

Citromos tea
Sajtkrém natúr
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Zöldségkrémleves
Csurgatott tészta
Csiki aprópecsenye
Párolt rizs
Ecetes cékla
édesítőszerrel

Kakaós csiga



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0056
5650 Mezőberény, Petőfi u. 14/b.
Telefon: - Fax: -

- Mezőberényi Általános Iskola, Művészeti Isk. és Kollégium (Luther tér) (Iskola)

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	Citromos tea (1;12;) Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.508 g; fehérje 6.431 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 1.513 g; szénhidrát 42.094 g; telített zsírsav 1.078 g; zsír 7.658 g; energia 264.974 kcal; energia 1107.59 kJ; koleszterin 7.14 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Kifli (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 2.144 g; fehérje 12.045 g; hozzáadott cukor 8.392 g; só 1.1591 g; szénhidrát 50.27 g; telített zsírsav 2.7203 g; zsír 7 g; energia 313.69 kcal; energia 1311.49 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Forralt tej (7;) kuglóf (1;3;6;7;) élelmi rost 2.4519 g; fehérje 11.8085 g; hozzáadott cukor 4.995 g; só 0.289525 g; szénhidrát 39.6145 g; telített zsírsav 3.7084 g; zsír 7.3365 g; energia 272.95 kcal; energia 1141.23 kJ; koleszterin 36.65 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi párizsiskrém (1;3;6;7;9;10;12;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.7362 g; fehérje 8.361 g; hozzáadott cukor 8.047 g; só 1.4065 g; szénhidrát 40.72 g; telített zsírsav 1.304 g; zsír 4.057 g; energia 234.428 kcal; energia 979.913 kJ; koleszterin 15.15 mg;	Citromos tea (1;12;) Sajtkrém natúr (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 7.12574 g; fehérje 6.442 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 0.83844 g; szénhidrát 38.5172 g; telített zsírsav 3.5012 g; zsír 6.0174 g; energia 235.775 kcal; energia 985.526 kJ; koleszterin 19.2 mg;
ebéd / A	Májgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Gyümölcsös tejberizs (1;3;5;6;7;8;12;) Alma élelmi rost 6.692 g; fehérje 19.817 g; hozzáadott cukor 15.549 g; só 1.5067 g; szénhidrát 89.895 g; telített zsírsav 4.604 g; zsír 14.214 g; energia 572.595 kcal; energia 2393.33 kJ; koleszterin 225.965 mg;	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;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 18.319 g; fehérje 39.872 g; só 2.8925 g; szénhidrát 82.297 g; telített zsírsav 2.703 g; zsír 18.88 g; energia 661.957 kcal; energia 2766.95 kJ; koleszterin 44.25 mg;	Tejfölös karalábéleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Pusztapörkölt sertéshúsból (1;3;6;7;9;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 7.479 g; fehérje 17.771 g; só 3.367 g; szénhidrát 54.94 g; telített zsírsav 7.67 g; zsír 23.693 g; energia 509.72 kcal; energia 2130.58 kJ; koleszterin 58.83 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 szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) élelmi rost 12.5977 g; fehérje 26.938 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.27994 g; szénhidrát 73.2082 g; telített zsírsav 6.6084 g; zsír 27.3654 g; energia 650.311 kcal; energia 2718.41 kJ; koleszterin 61.392 mg;	Zöldségrémleves (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 6.818 g; fehérje 22.326 g; hozzáadott cukor 3.996 g; só 3.10678 g; szénhidrát 84.5 g; telített zsírsav 8.05 g; zsír 28.718 g; energia 690.737 kcal; energia 2887.27 kJ; koleszterin 66.72 mg;
uzsonna / A	Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 6.72174 g; fehérje 11.256 g; só 1.16694 g; szénhidrát 28.4922 g; telített zsírsav 4.5669 g; zsír 9.8514 g; energia 248.843 kcal; energia 1040.15 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 6.90774 g; fehérje 9.966 g; só 0.79644 g; szénhidrát 28.6922 g; telített zsírsav 1.9277 g; zsír 7.8514 g; energia 226.378 kcal; energia 946.241 kJ; koleszterin 135.2 mg;	Zala felvágott Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Paradicsom élelmi rost 7.08774 g; fehérje 9.036 g; só 1.18509 g; szénhidrát 29.0922 g; telített zsírsav 2.4589 g; zsír 8.2514 g; energia 227.869 kcal; energia 952.457 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Trappista sajt (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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek