

Étlap

normál

2024.05.13. - 2024.05.19.



Nyomtatás: 2024.05.07. 12:47

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

05.13

Citromos tea
Kenőmájas
Zsemle
Kigyóuborka

Babgulyás
Tejben rizs
Fahéj szórás
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Gépsonka Kedvenc ízék
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Kedd

05.14

Gyümölcs tea
Házi citromos halkrém
Kenyér félbarna szeletelt

Alföldi leves
Sült csirkemell
Tökfőzelék
Kenyér félbarna szeletelt
Alma

Teljes kiőrlésű zsemle
Félegyházi
Trappista sajt
Delma margarin

Szerda

05.15

Vaníliás tej
Fatörzs kifli

Gombakrémleves
Csurgatott tészta
Bácskai rizseshús
Káposztasaláta
édesítőszerekkel

Olasz felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Jégcsapretek

Csütörtök

05.16

Citromos tea
Sertés párizsi
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Májgaluska leves
Csirke nuggets, tepsiben
sütve
Zöldborsó főzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Kockasajt
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Zöldpaprika

Péntek

05.17

Tejeskávé
Delma margarin
Kifli teljes kiőrlésű

Tárkonyos zöldségleves
Parajos penne
Trappista sajt

Sajtos pogácsa
Alma



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)

2024.05.13. - 2024.05.19.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.13	Kedd 05.14	Szerda 05.15	Csütörtök 05.16	Péntek 05.17
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Zsemle (1;6;7;) Kígyóborka (12;) élelmi rost 1.919 g; fehérje 9.796 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 1.619 g; szénhidrát 38.355 g; telített zsírsav 3.9242 g; zsír 8.706 g; energia 272.913 kcal; energia 1140.78 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.064 g; fehérje 9.836 g; hozzáadott cukor 8.026 g; só 1.935 g; szénhidrát 40.83 g; telített zsírsav 2.547 g; zsír 8.442 g; energia 280.495 kcal; energia 1172.48 kJ; koleszterin 16.968 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;	Citromos tea (1;12;) Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.158 g; fehérje 8.546 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 1.755 g; szénhidrát 40.885 g; telített zsírsav 2.50624 g; zsír 7.766 g; energia 269.558 kcal; energia 1126.75 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) élelmi rost 5.95985 g; fehérje 12.4451 g; hozzáadott cukor 8.392 g; só 0.92519 g; szénhidrát 45.4456 g; telített zsírsav 2.6678 g; zsír 7.3641 g; energia 299.202 kcal; energia 1250.92 kJ; koleszterin 10.6 mg;
ebéd / A	Babgulyás (1;3;9;10;12;) Tejben rizs (1;7;) Fahéj szórás (1;8;10;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 20.5867 g; fehérje 33.703 g; hozzáadott cukor 30.58 g; só 2.04894 g; szénhidrát 140.464 g; telített zsírsav 6.3724 g; zsír 20.6774 g; energia 885.417 kcal; energia 3708.49 kJ; koleszterin 38.707 mg;	Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sült csirkemell (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tökfőzelék (1;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Alma élelmi rost 12.842 g; fehérje 31.099 g; hozzáadott cukor 1.807 g; só 3.5407 g; szénhidrát 78.967 g; telített zsírsav 3.867 g; zsír 18.526 g; energia 612.763 kcal; energia 2561.32 kJ; koleszterin 55.2 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Csurgatott tészta (1;3;) Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Káposztasaláta édesítőszerrel (10;12;) élelmi rost 5.761 g; fehérje 22.761 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 1.71325 g; szénhidrát 78.131 g; telített zsírsav 8.6615 g; zsír 29.565 g; energia 673.077 kcal; energia 2812.41 kJ; koleszterin 64.68 mg;	Májgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Csirke nuggets, tepsiben sütve (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;13;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 16.5277 g; fehérje 38.017 g; hozzáadott cukor 2.408 g; só 2.57294 g; szénhidrát 85.8952 g; telített zsírsav 3.9384 g; zsír 25.3834 g; energia 730.138 kcal; energia 3052.01 kJ; koleszterin 209.247 mg;	Tárkonyos zöldségleves (1;7;8;9;10;12;) Parajos penne (1;3;6;7;10;12;) Trappista sajt (7;) élelmi rost 6.688 g; fehérje 20.781 g; só 2.494 g; szénhidrát 70.839 g; telített zsírsav 9.1252 g; zsír 32.922 g; energia 666.553 kcal; energia 2786.17 kJ; koleszterin 34.568 mg;
uzsonna / A	Gépsonka Kedvenc ízek Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.94 g; fehérje 10.56 g; só 1.5225 g; szénhidrát 31.5 g; telített zsírsav 1.6163 g; zsír 5.52 g; energia 218.953 kcal; energia 915.264 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Teljes kiőrlésű zsemle Félegyházi (1;) Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 11.0401 g; só 1.14019 g; szénhidrát 24.6356 g; telített zsírsav 4.595 g; zsír 9.8941 g; energia 232.859 kcal; energia 973.349 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Olasz felvágott (1;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Jégcsapretek élelmi rost 6.72174 g; fehérje 8.676 g; só 1.52994 g; szénhidrát 28.7582 g; telített zsírsav 3.2927 g; zsír 10.4114 g; energia 244.251 kcal; energia 1020.96 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Kockasajt (7;) Vizes zsemle (Félegyházi Pékség) (1;) Zöldpaprika élelmi rost 2.0302 g; fehérje 8.089 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 1.0151 g; szénhidrát 32.43 g; telített zsírsav 1.1566 g; zsír 2.323 g; energia 184.157 kcal; energia 769.779 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) Alma élelmi rost 4.3 g; fehérje 7.7873 g; só 0.623168 g; szénhidrát 35.5436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.7146 g; energia 363.188 kcal; energia 1518.14 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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek