

Étlap

normál

2024.09.02. - 2024.09.08.



Nyomtatás: 2024.08.29. 11:08

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

09.02

Gyümölcs tea
Sertéspárizsi
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Gulyásleves
Dejós szórás
Metélt főtt tészta
Alma
Kenyér félbarna szeletelt

Sajtszelet
Delma margarin
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Zöldpaprika

Kedd

09.03

Tejeskávé
Natúr vajkrém
Kifli

Lebbencsleves
Sertéspörkölt
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Gépsonka Kedvenc ízek
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Paradicsom

Szerda

09.04

Forralt tej
Mogyorókrém
Teljes kiőrlésű zsemle

Tavaszi zöldborsóleves
Póréhagymás sajtos
szárnyasragu
Bulgur

Házi vitaminos túrókrém
Kenyér félbarna szeletelt
Kígyóborka

Csütörtök

09.05

Kakaó
Foszlós kalács

Reszelttészta leves
Sertésvagdalt
Paradicsomos káposzta
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Harcapástétom
zöldfűszeres 130g
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Jégcsapretek

Péntek

09.06

Citromos tea
Főtt tojás
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Gombaleves
Rántott sertésborda
Petrezselymes burgonya
Csalamádé édesítőszerrel

Kockasajt
Kifli
Rágórépa



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)

2024.09.02. - 2024.09.08.

Étkezés / Menü	Hétfő 09.02	Kedd 09.03	Szerda 09.04	Csütörtök 09.05	Péntek 09.06
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Sertéspárizsi (1;6;7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 8.61 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.2555 g; szénhidrát 38.2 g; telített zsírsav 2.50624 g; zsír 8.222 g; energia 262.752 kcal; energia 1098.38 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.75 g; fehérje 12.145 g; hozzáadott cukor 8.392 g; só 1.06025 g; szénhidrát 50.03 g; telített zsírsav 5.6364 g; zsír 11.44 g; energia 353.277 kcal; energia 1476.97 kJ; koleszterin 33.4 mg;	Forralt tej (7;) Mogyorókrém (1;5;6;7;8;11;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 12.1401 g; só 1.04969 g; szénhidrát 34.8756 g; telített zsírsav 1.7005 g; zsír 3.7741 g; energia 223.03 kcal; energia 932.525 kJ; koleszterin 10.4 mg;	Kakaó (1;5;6;7;8;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) élelmi rost 2.584 g; fehérje 14.17 g; hozzáadott cukor 12.1878 g; só 0.891756 g; szénhidrát 57.6748 g; telített zsírsav 4.43058 g; zsír 9.656 g; energia 376.016 kcal; energia 1572 kJ; koleszterin 51.8 mg;	Citromos tea (1;12;) Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.938 g; fehérje 10.396 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 0.9085 g; szénhidrát 39.585 g; telített zsírsav 2.0633 g; zsír 8.206 g; energia 275.733 kcal; energia 1152.62 kJ; koleszterin 135.2 mg;
ebéd / A	Gulyásleves (1;3;9;10;12;) Dejős szórás (1;5;8;11;) Metélt főtt tészta (1;3;) Alma Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 15.896 g; fehérje 32.325 g; hozzáadott cukor 11.496 g; só 2.6457 g; szénhidrát 134.232 g; telített zsírsav 5.124 g; zsír 29.579 g; energia 940.366 kcal; energia 3930.72 kJ; koleszterin 38.955 mg;	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Sertéspörkölt (1;9;12;) Tökfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 14.3987 g; fehérje 25.71 g; hozzáadott cukor 1.798 g; só 2.50294 g; szénhidrát 73.5362 g; telített zsírsav 10.0864 g; zsír 37.4514 g; energia 739.614 kcal; energia 3091.55 kJ; koleszterin 61.485 mg;	Tavaszi zöldborsóleves (1;3;9;12;) Póréhagymás sajtos szárnyasragu (1;7;) Bulgur (1;) élelmi rost 10.495 g; fehérje 30.786 g; hozzáadott cukor 0.609 g; só 2.478 g; szénhidrát 63.838 g; telített zsírsav 6.4 g; zsír 23.076 g; energia 578.287 kcal; energia 2417.27 kJ; koleszterin 75.473 mg;	Reszelttészta leves (1;3;9;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Paradicsomos káposzta (1;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) cukor 0.046 g; élelmi rost 14.9137 g; fehérje 24.81 g; hozzáadott cukor 9.605 g; só 3.75194 g; szénhidrát 92.9102 g; telített zsírsav 5.6254 g; zsír 23.7844 g; energia 690.057 kcal; energia 2884.42 kJ; koleszterin 62.34 mg;	Gombaleves (1;3;7;9;12;) Rántott sertésborda (1;3;5;6;7;8;) Petrezselymes burgonya (12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) élelmi rost 10.404 g; fehérje 31.333 g; hozzáadott cukor 2.5095 g; só 3.78884 g; szénhidrát 83.028 g; telített zsírsav 7.61595 g; zsír 39.1185 g; energia 817.097 kcal; energia 3415.46 kJ; koleszterin 116.502 mg;
uzsonna / A	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Vizes zsemle (Félegyházi Pékség) (1;) Zöldpaprika élelmi rost 2.0302 g; fehérje 11.016 g; só 1.4371 g; szénhidrát 31.74 g; telített zsírsav 4.6575 g; zsír 9.558 g; energia 258.275 kcal; energia 1079.59 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Gépsonka Kedvenc ízek Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 3.306 g; fehérje 10.76 g; só 1.52565 g; szénhidrát 32.3 g; telített zsírsav 1.6245 g; zsír 5.56 g; energia 223.333 kcal; energia 933.576 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Házi vitaminos túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 3.621 g; fehérje 8.59 g; hozzáadott cukor 0.055 g; só 1.5445 g; szénhidrát 34.236 g; telített zsírsav 1.282 g; zsír 2.72 g; energia 196.968 kcal; energia 823.322 kJ; koleszterin 4.485 mg;	Harcspapástom zöldfűszeres 130g (4;9;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Jégcsapretek élelmi rost 6.78774 g; fehérje 9.8443 g; só 0.654432 g; szénhidrát 29.9131 g; telített zsírsav 1.5171 g; zsír 6.0371 g; energia 214.166 kcal; energia 895.225 kJ; koleszterin 12.825 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.055 g; fehérje 7.613 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9825 g; szénhidrát 30.67 g; telített zsírsav 1.1606 g; zsír 2.275 g; energia 175.711 kcal; energia 734.92 kJ; koleszterin 7.84999 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