

# Étlap

normál

2024.09.23. - 2024.09.29.



Nyomtatás: 2024.09.17. 13:00

Nyomtatta: Varga Márta

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

### Tízórai

### Ebéd

### Uzsonna

#### Hétfő

09.23

Forralt tej  
Cornexi gabonapelyhek

Alföldi leves  
Sertésvagdalt  
Petrezselymes burgonya  
Káposztasaláta  
édesítőszerekkel

Sertés párizsi  
Delma margarin  
Teljes kiőrlésű szeletelt  
rozskenyér Félegyházi  
Zöldpaprika

#### Kedd

09.24

Gyümölcs tea  
Reszelt sajt  
Delma margarin  
Kenyér félbarna szeletelt

Csontleves tésztával  
Húsgombóc  
Tejfölös burgonyafőzelék  
Teljes kiőrlésű szeletelt  
rozskenyér Félegyházi

Soproni felvágott  
Delma margarin  
Teljes kiőrlésű szeletelt  
rozskenyér Félegyházi  
Jégcsapretek

#### Szerda

09.25

Kakaó  
Delma margarin  
Kifli

Tejfölös karfiolleves  
zöldséggel  
Barbecue csirkemell  
Petrezselymes pároltrisz

Gépsonka  
Delma margarin  
Teljes kiőrlésű szeletelt  
rozskenyér Félegyházi  
Rágórépa

#### Csütörtök

09.26

Gyümölcs tea  
Házi tojáskrém  
Teljes kiőrlésű szeletelt  
rozskenyér Félegyházi  
Zöldpaprika

Rántott leves  
Zsemle kocka  
Sült sertésvirslis  
Zöldborsó főzelék  
Teljes kiőrlésű szeletelt  
rozskenyér Félegyházi

Búrkifli dejs

#### Péntek

09.27

Forralt tej  
Fatörzs kifli

Sárgaborsóleves  
sonkagaluskával  
Tejbedara  
Fahéjszórás

Kockasajt  
Kifli  
Kígyóuborka



## 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)

2024.09.23. - 2024.09.29.

Étkezés / Menü	Hétfő 09.23	Kedd 09.24	Szerda 09.25	Csütörtök 09.26	Péntek 09.27
<b>tízórai / A</b>	Forralt tej (7;) Cornexi gabonapelyhek (1;5;6;7;8;11;)  élelmi rost 2.1 g; fehérje 9.1 g; hozzáadott cukor 15 g; só 1.14 g; szénhidrát 48.55 g; telített zsírsav 3.828 g; zsír 7.9 g; energia 304.055 kcal; energia 1271.22 kJ; koleszterin 10.4 mg;	Gyümölcs tea (12;) Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;)  Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.94 g; fehérje 11.59 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.785 g; szénhidrát 39.92 g; telített zsírsav 4.7025 g; zsír 9.722 g; energia 295.224 kcal; energia 1234.04 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kakaó (1;5;6;7;8;) Delma margarin (7;) Kifli (1;6;7;)  élelmi rost 2.119 g; fehérje 11.956 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.1535 g; szénhidrát 47.3 g; telített zsírsav 2.9083 g; zsír 7.197 g; energia 303.181 kcal; energia 1267.56 kJ; koleszterin 10.6 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Zöldpaprika élelmi rost 7.28774 g; fehérje 9.352 g; hozzáadott cukor 8.061 g; só 1.04854 g; szénhidrát 38.9072 g; telített zsírsav 1.0264 g; zsír 4.0084 g; energia 231.766 kcal; energia 969.511 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Fatörzs kifli (1;3;5;6;7;8;)  élelmi rost 1.562 g; fehérje 12.3891 g; hozzáadott cukor 2.3976 g; só 0.2665 g; szénhidrát 40.3881 g; telített zsírsav 3.6844 g; zsír 7.9933 g; energia 284.35 kcal; energia 1188.8 kJ; koleszterin 43.175 mg;
<b>ebéd / A</b>	Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Petrezselymes burgonya (12;) Káposztasaláta édesítőszerrel (10;12;)  cukor 0.046 g; élelmi rost 11.116 g; fehérje 21.385 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 2.90725 g; szénhidrát 85.76 g; telített zsírsav 5.4075 g; zsír 21.853 g; energia 632.12 kcal; energia 2641.2 kJ; koleszterin 62.34 mg;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Húsgombóc (3;12;) Tejfölös burgonyafőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;)  élelmi rost 13.6377 g; fehérje 22.659 g; hozzáadott cukor 0.018 g; só 2.37294 g; szénhidrát 85.1362 g; telített zsírsav 7.6264 g; zsír 24.9094 g; energia 661.356 kcal; energia 2764.43 kJ; koleszterin 64.86 mg;	Tejfölös karfiolleves zöldséggel (1;3;6;7;9;10;12;13;) Barbecue csirkemell (1;3;6;7;8;9;10;12;) Petrezselymes pároltrisz (1;3;6;7;9;10;12;13;)  élelmi rost 4.586 g; fehérje 26.39 g; hozzáadott cukor 2.566 g; só 2.312 g; szénhidrát 71.36 g; telített zsírsav 3.339 g; zsír 14.727 g; energia 525.673 kcal; energia 2197.29 kJ; koleszterin 56.592 mg;	Rántott leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Sült sertésvirli (6;7;9;10;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) cukor 0.39 g; élelmi rost 13.6637 g; fehérje 26.612 g; hozzáadott cukor 2.398 g; só 2.17744 g; szénhidrát 69.2092 g; telített zsírsav 7.9774 g; zsír 27.1414 g; energia 631.062 kcal; energia 2631.42 kJ; koleszterin 1.248 mg;	Sárgaborsóleves sonkagaluskával (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejbedara (1;7;) Fahéjszórás (1;10;)  élelmi rost 11.245 g; fehérje 25.676 g; hozzáadott cukor 27.972 g; só 2.346 g; szénhidrát 91.33 g; telített zsírsav 4.734 g; zsír 15.21 g; energia 607.781 kcal; energia 2540.83 kJ; koleszterin 54.392 mg;
<b>uzsonna / A</b>	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Zöldpaprika élelmi rost 7.11574 g; fehérje 8.336 g; só 1.13854 g; szénhidrát 28.8122 g; telített zsírsav 2.37064 g; zsír 7.9314 g; energia 221.031 kcal; energia 923.897 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Soproni felvágott (1;3;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Jégcsapretek élelmi rost 6.72174 g; fehérje 9.196 g; só 1.24994 g; szénhidrát 28.7382 g; telített zsírsav 2.4147 g; zsír 8.0514 g; energia 224.911 kcal; energia 940.149 kJ; koleszterin 19.6 mg;	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 7.26174 g; fehérje 10.376 g; só 0.93644 g; szénhidrát 29.3722 g; telített zsírsav 1.4947 g; zsír 5.6914 g; energia 212.199 kcal; energia 887.425 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Búrkifli dejós (1;3;5;6;7;8;11;)  cukor 17.5 g; élelmi rost 1.4 g; fehérje 6.65 g; só 0.000525 g; szénhidrát 32.48 g; telített zsírsav 7 g; zsír 12.46 g; energia 266 kcal; energia 1111.6 kJ;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Kígyóborka (12;)  élelmi rost 1.701 g; fehérje 7.673 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.957 g; szénhidrát 29.89 g; telített zsírsav 1.1466 g; zsír 2.255 g; energia 171.663 kcal; energia 717.548 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, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek