

Étlap

normál

2024.10.07. - 2024.10.13.



Nyomtatás: 2024.10.02. 8:45

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

10.07

Gyümölcs tea
Reszelt sajt
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Lencseleves
Tejben rizs
Fahéj szórás

Házi citromos halkrém
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Kígyóuborka

Kedd

10.08

Tejeskávé
Sajtos kifli

Magyaros burgonyaleves
Sertésvagdalt
Tökfőzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Sajtkrém natúr
Kenyér félbarna szeletelt
Zöldpaprika

Szerda

10.09

Gyümölcs tea
Barack lekvár
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Gyümölcsleves
Tarhonyás hús
Káposztasaláta
édesítőszerekkel

Gépsonka
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Csütörtök

10.10

Tej
kakaós kalács

Paradicsomleves
Budapest szárnyasragu
Párolt rizs

Padlizsánkrém
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Paradicsom

Péntek

10.11

Gyümölcs tea
Vajkrém ízesített
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Húsgaluskafeves
Piskóta kocka
Csoki öntet

Sajtos pogácsa



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)

2024.10.07. - 2024.10.13.

Étkezés / Menü	Hétfő 10.07	Kedd 10.08	Szerda 10.09	Csütörtök 10.10	Péntek 10.11
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 6.72174 g; fehérje 11.266 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.16694 g; szénhidrát 36.6722 g; telített zsírsav 4.5669 g; zsír 9.8534 g; energia 282.06 kcal; energia 1179 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Sajtos kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.46215 g; fehérje 13.3835 g; hozzáadott cukor 8.392 g; só 1.13825 g; szénhidrát 44.367 g; telített zsírsav 3.3418 g; zsír 6.043 g; energia 286.692 kcal; energia 1198.63 kJ; koleszterin 19.9 mg;	Gyümölcs tea (12;) Barack lekvár (12;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 7.08174 g; fehérje 5.806 g; hozzáadott cukor 18.852 g; só 0.69094 g; szénhidrát 49.2522 g; telített zsírsav 0.9947 g; zsír 4.2334 g; energia 260.204 kcal; energia 1087.64 kJ; koleszterin 0.2 mg;	Tej (7;) kakaós kalács (1;3;5;6;7;8;) élelmi rost 1.98 g; fehérje 13.874 g; hozzáadott cukor 4.1958 g; só 0.890757 g; szénhidrát 49.5148 g; telített zsírsav 4.22578 g; zsír 9.309 g; energia 338.89 kcal; energia 1416.81 kJ; koleszterin 51.8 mg;	Gyümölcs tea (12;) Vajkrém ízesített (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Kígyóborka (12;) élelmi rost 6.90774 g; fehérje 6.266 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 0.59119 g; szénhidrát 37.0522 g; telített zsírsav 3.9108 g; zsír 8.7534 g; energia 253.543 kcal; energia 1059.8 kJ; koleszterin 23 mg;
ebéd / A	Lencseleves (1;3;6;7;8;9;10;12;13;) Tejben rizs (1;7;) Fahéj szórás (1;8;10;) élelmi rost 6.131 g; fehérje 20.439 g; hozzáadott cukor 30.569 g; só 1.394 g; szénhidrát 103.455 g; telített zsírsav 4.505 g; zsír 13.013 g; energia 615.846 kcal; energia 2574.48 kJ; koleszterin 20.947 mg;	Magyaros burgonyaleves (1;3;9;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Tökfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) cukor 0.046 g; élelmi rost 15.1487 g; fehérje 26.301 g; hozzáadott cukor 1.805 g; só 3.31194 g; szénhidrát 99.2592 g; telített zsírsav 7.8824 g; zsír 29.0874 g; energia 769.485 kcal; energia 3216.43 kJ; koleszterin 86.22 mg;	Gyümölcsleves (1;3;5;6;7;8;10;12;) Tarhonyás hús (1;3;6;7;9;10;12;) Káposztasaláta édesítőszerrel (10;12;) élelmi rost 6.243 g; fehérje 20.803 g; hozzáadott cukor 9.79 g; só 1.34125 g; szénhidrát 71.888 g; telített zsírsav 8.5865 g; zsír 26.265 g; energia 613.148 kcal; energia 2561.92 kJ; koleszterin 57.6 mg;	Paradicsomleves (1;3;9;12;) Budapest szárnyasragu (1;9;12;) Párolt rizs (10;12;) élelmi rost 4.838 g; fehérje 26.006 g; hozzáadott cukor 16.795 g; só 2.349 g; szénhidrát 96.353 g; telített zsírsav 2.798 g; zsír 17.281 g; energia 648.565 kcal; energia 2710.99 kJ; koleszterin 169.2 mg;	Húsgaluskaleves (1;3;9;12;) Piskóta kocka (1;3;5;8;) Csoki öntet (1;3;5;6;7;8;12;) cukor 40.7 g; élelmi rost 7.32 g; fehérje 22.036 g; hozzáadott cukor 15.502 g; só 0.802 g; szénhidrát 120.298 g; telített zsírsav 6.332 g; zsír 21.32 g; energia 772.669 kcal; energia 3233.21 kJ; koleszterin 29.921 mg;
uzsonna / A	Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Vizes zsemle (Félegyházi Pékség) (1;) Kígyóborka (12;) élelmi rost 1.9462 g; fehérje 9.222 g; hozzáadott cukor 0.034 g; só 1.592 g; szénhidrát 32.39 g; telített zsírsav 2.502 g; zsír 8.238 g; energia 241.98 kcal; energia 1011.48 kJ; koleszterin 16.968 mg;	Sajtkrém natúr (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.334 g; fehérje 6.68 g; só 1.4516 g; szénhidrát 32.6 g; telített zsírsav 3.6368 g; zsír 5.9 g; energia 211.224 kcal; energia 882.924 kJ; koleszterin 19.2 mg;	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 6.72174 g; fehérje 10.236 g; só 0.90444 g; szénhidrát 28.2522 g; telített zsírsav 1.4807 g; zsír 5.6514 g; energia 205.799 kcal; energia 860.225 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Paradicsom élelmi rost 7.43774 g; fehérje 6.181 g; só 0.89809 g; szénhidrát 30.2212 g; telített zsírsav 0.9506 g; zsír 7.8034 g; energia 216.909 kcal; energia 906.672 kJ; koleszterin 7.14 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek