

Étlap

normál

2024.10.21. - 2024.10.27.



Nyomtatás: 2024.10.16. 11:57

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

10.21

Gyümölcs tea
Főtt tojás
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Zöldpaprika

Frankfurti leves
Szilvás gombóc
Fahéjszórás

Sajtszelet
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Kedd

10.22

Gyümölcs tea
Körözött
Kenyér félbarna szeletelt

Lebbencsleves
Sült baromfivirslí
Lencsefőzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Alma

Sertés párizsi
Delma margarin
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Zöldpaprika

Szerda

10.23

Csütörtök

10.24

Kakaó
Foszlós kalács

Vajasgaluska leves
Savanyú vetrece
Durum tészta köret

Nyári turista felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Péntek

10.25

Gyümölcs tea
Kenőmájas
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Rágórépa

Tárkonyos zöldség leves
Rántott sajt
Párolt rizs
Majonéz

Pizzás tekercs



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)

2024.10.21. - 2024.10.27.

Étkezés / Menü	Hétfő 10.21	Kedd 10.22	Szerda 10.23	Csütörtök 10.24	Péntek 10.25
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Zöldpaprika élelmi rost 7.11574 g; fehérje 10.016 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 0.79154 g; szénhidrát 37.1322 g; telített zsírsav 1.9277 g; zsír 7.8934 g; energia 261.161 kcal; energia 1091.64 kJ; koleszterin 135.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Körözött (1;5;6;7;8;9;10;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.0465 g; fehérje 8.96362 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.93076 g; szénhidrát 40.6954 g; telített zsírsav 3.09339 g; zsír 6.48686 g; energia 258.535 kcal; energia 1080.68 kJ; koleszterin 11.9064 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;	Gyümölcs tea (12;) Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 7.26174 g; fehérje 10.476 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.43894 g; szénhidrát 37.5222 g; telített zsírsav 3.8576 g; zsír 9.0834 g; energia 276.311 kcal; energia 1155.42 kJ; koleszterin 67.2 mg;
ebéd / A	Frankfurti leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Szilvás gombóc (1;3;5;6;7;8;12;) Fahéjszórás (1;10;) cukor 14.96 g; élelmi rost 4.468 g; fehérje 15.193 g; hozzáadott cukor 9.99 g; só 3.802 g; szénhidrát 113.786 g; telített zsírsav 5 g; zsír 21.525 g; energia 714.977 kcal; energia 2999.51 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Sült baromfivirslis (9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Alma élelmi rost 18.8887 g; fehérje 36.159 g; hozzáadott cukor 1.199 g; só 2.76864 g; szénhidrát 100.284 g; telített zsírsav 6.2474 g; zsír 27.8804 g; energia 803.502 kcal; energia 3358.62 kJ; koleszterin 61.275 mg;		Vajasgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Savanyú vetreze (1;3;6;7;8;9;10;12;) Durum tészta köret (1;3;) élelmi rost 6.136 g; fehérje 29.571 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.302 g; szénhidrát 76.804 g; telített zsírsav 5.965 g; zsír 25.213 g; energia 657.23 kcal; energia 2747.23 kJ; koleszterin 91.961 mg;	Tárkonyos zöldség leves (1;3;7;8;9;10;12;) Rántott sajt (1;3;7;) Párolt rizs (10;12;) Majonéz (3;8;10;) élelmi rost 4.81252 g; fehérje 18.4484 g; só 1.36138 g; szénhidrát 77.1444 g; telített zsírsav 10.9749 g; zsír 43.8551 g; energia 781.138 kcal; energia 3267.33 kJ; koleszterin 35.15 mg;
uzsonna / A	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.94 g; fehérje 11.58 g; só 1.785 g; szénhidrát 31.74 g; telített zsírsav 4.7025 g; zsír 9.72 g; energia 262.007 kcal; energia 1095.19 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Vizes zsemle (Félegyházi Pékség) (1;) Zöldpaprika élelmi rost 2.0302 g; fehérje 7.856 g; só 1.4071 g; szénhidrát 31.46 g; telített zsírsav 2.46124 g; zsír 7.578 g; energia 226.545 kcal; energia 946.957 kJ; koleszterin 15.2 mg;		Nyári túrista felvágott Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Kígyóborka (12;) élelmi rost 6.90774 g; fehérje 5.916 g; só 1.38844 g; szénhidrát 28.5122 g; telített zsírsav 0.9947 g; zsír 4.2514 g; energia 176.821 kcal; energia 739.097 kJ; koleszterin 0.2 mg;	Pizzás tekercs (1;3;7;8;11;) cukor 2.75 g; élelmi rost 0.55 g; fehérje 4.05 g; só 0.0004 g; szénhidrát 16.25 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, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek