

Étlap

normál

2024.11.04. - 2024.11.10.



Nyomtatás: 2024.10.31. 14:37

Nyomtatta: Kissné Kelemen Ildikó

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

11.04

Gyümölcs tea
Gépsonka
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Lencsegulyás
Morzsás nudli
Porcukor
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Kockasajt
Kifli

Kedd

11.05

Forralt tej
Vajkrém ízesített
Kenyér félbarna szeletelt

Tejfölös zöldbabeleves
Joghurtos csirkemell
Zöldséges bulgur

Diákcsemege
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Kígyóuborka

Szerda

11.06

Kakaó
Foszlós kalács

Zöldséges tarhonyaleves
Főtt baromfivirsli
Tökfőzelék
Kenyér félbarna szeletelt

Olasz
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Rágórépa

Csütörtök

11.07

Gyümölcs tea
Trappista sajt
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Zöldpaprika

Őszibarack krémleves
Kókusz reszelt
Pirított csirkemáj
Főtt burgonya
Csalamádé édesítőszerrel

Gyümölcsjoghurt poharas
Kifli

Péntek

11.08

Gyümölcs tea
Házi körözött
Kenyér félbarna szeletelt
Jégcsapretek

Tavaszi zöldségleves
Savanyú vetrece
Durum tészta köret

Csokis párna



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 Petőfi Sándor Általános Iskola (Iskola)

2024.11.04. - 2024.11.10.

Étkezés / Menü	Hétfő 11.04	Kedd 11.05	Szerda 11.06	Csütörtök 11.07	Péntek 11.08
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.94 g; fehérje 10.57 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.5225 g; szénhidrát 39.68 g; telített zsírsav 1.6163 g; zsír 5.522 g; energia 252.18 kcal; energia 1054.11 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Forralt tej (7;) Vajkrém ízesített (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.94 g; fehérje 13.18 g; só 1.46775 g; szénhidrát 42.38 g; telített zsírsav 5.6744 g; zsír 11.6 g; energia 328.138 kcal; energia 1371.89 kJ; koleszterin 33.4 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;	Gyümölcs tea (12;) Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.334 g; fehérje 11.83 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.7866 g; szénhidrát 40.52 g; telített zsírsav 4.7025 g; zsír 9.782 g; energia 299.142 kcal; energia 1250.42 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi körözött (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 3.168 g; fehérje 9.274 g; hozzáadott cukor 8.054 g; só 1.615 g; szénhidrát 42.591 g; telített zsírsav 1.491 g; zsír 3.117 g; energia 236.773 kcal; energia 989.704 kJ; koleszterin 5.25 mg;
ebéd / A	Lencsegulyás (1;3;6;7;8;9;10;12;) Morzsás nudli (1;3;5;6;7;8;) Porcukor Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 13.7487 g; fehérje 33.225 g; hozzáadott cukor 19.98 g; só 3.53809 g; szénhidrát 159.003 g; telített zsírsav 4.9474 g; zsír 22.4524 g; energia 976.245 kcal; energia 4080.69 kJ; koleszterin 42.42 mg;	Tejfőlös zöldbaleves (1;3;7;12;) Joghurtos csirkemell (1;3;6;7;9;10;12;) Zöldséges bulgur (1;9;12;) élelmi rost 8.662 g; fehérje 29.842 g; hozzáadott cukor 1.813 g; só 1.465 g; szénhidrát 59.897 g; telített zsírsav 3.807 g; zsír 15.7 g; energia 491.143 kcal; energia 2052.97 kJ; koleszterin 68.808 mg;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;9;10;12;) Főtt baromfivirli (9;10;) Tökfőzelék (1;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 10.091 g; fehérje 21.599 g; hozzáadott cukor 1.807 g; só 3.757 g; szénhidrát 66.83 g; telített zsírsav 5.993 g; zsír 23.558 g; energia 570.046 kcal; energia 2382.8 kJ; koleszterin 61.38 mg;	Őszibarack krémleves (1;5;6;7;8;10;12;) Kókusz reszelt (5;7;8;11;) Pirított csirkemáj (9;10;12;) Főtt burgonya (12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) cukor 0 g; élelmi rost 9.036 g; fehérje 23.321 g; hozzáadott cukor 12.0875 g; só 3.28184 g; szénhidrát 74.383 g; telített zsírsav 9.04495 g; zsír 16.5775 g; energia 540.443 kcal; energia 2259.01 kJ; koleszterin 399.6 mg;	Tavaszi zöldségleves (1;3;6;7;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Durum tészta köret (1;3;) élelmi rost 6.347 g; fehérje 26.13 g; hozzáadott cukor 1.199 g; só 1.973 g; szénhidrát 75.854 g; telített zsírsav 10.323 g; zsír 37.275 g; energia 748.109 kcal; energia 3127.09 kJ; koleszterin 63.06 mg;
uzsonna / A	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 7.473 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9505 g; szénhidrát 29.55 g; telített zsírsav 1.1466 g; zsír 2.235 g; energia 169.311 kcal; energia 707.72 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Diákcsemege (6;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 3.126 g; fehérje 10.005 g; só 1.944 g; szénhidrát 31.805 g; telített zsírsav 3.7816 g; zsír 11.035 g; energia 267.835 kcal; energia 1119.53 kJ; koleszterin 22.7 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 7.26174 g; fehérje 8.596 g; só 1.55394 g; szénhidrát 29.3522 g; telített zsírsav 3.3007 g; zsír 10.4314 g; energia 247.827 kcal; energia 1036.36 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Gyümölcsjoghurt poharas (1;7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.905 g; fehérje 10.29 g; hozzáadott cukor 12.99 g; só 1.27733 g; szénhidrát 50.95 g; telített zsírsav 3.2514 g; zsír 6.14 g; energia 302.8 kcal; energia 1265.31 kJ; koleszterin 19.52 mg;	Csokis párna (1;3;5;7;8;) élelmi rost 0 g; fehérje 0 g; hozzáadott cukor 0 g; só 0 g; szénhidrát 0 g; telített zsírsav 0 g; zsír 0 g; energia 0 kcal; energia 0 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