

Étlap

normál

2024.11.18. - 2024.11.24.



Nyomtatás: 2024.11.13. 10:21

Nyomtatta: Bitai László

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

11.18

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
Teljes kiőrlésű zsemle

Tárkonyos
szárnyasraguleves
Mák szórás
Metélt tészta
Alma

Rácsos táskás túrós

Kedd

11.19

Forralt tej
Sajtos kifli
Delma margarin

Vajasgaluska leves
Húsgombóc
Paradicsommártás
Főtt burgonya fél adag

Tejszínes krémsajt
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Rágórépa

Szerda

11.20

Citromos tea
Házi meggyes túrókrém
Zsemle

Magyaros gombaleves
Temesvári csirkeragu
Bulgur

Zala felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Jégcsapretek

Csütörtök

11.21

Citromos tea
Csirkemellsonka Kedvenc
ízék
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

BrokkolikréMLEVES
Csurgatott tészta
Rántott csirkemellfilé
Petrezselymes pároltrisz
Ecetes cékla
édesítőszerrel

Sajtszelet
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Péntek

11.22

Tejeskávé
Vajkrém ízesített
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Tarhonya leves
Főtt tojás
Parajfőzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Müzli szelet

Kockasajt
Kifli
Zöldpaprika



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)

2024.11.18. - 2024.11.24.

Étkezés / Menü	Hétfő 11.18	Kedd 11.19	Szerda 11.20	Csütörtök 11.21	Péntek 11.22
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Soproni felvágott (1;3;6;7;9;10;) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 8.6101 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.11519 g; szénhidrát 32.4956 g; telített zsírsav 1.4865 g; zsír 4.5761 g; energia 206.867 kcal; energia 864.732 kJ; koleszterin 19.4 mg;	Forralt tej (7;) Sajtos kifli (1;6;7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 1.22715 g; fehérje 13.3985 g; só 1.23325 g; szénhidrát 33.877 g; telített zsírsav 4.2751 g; zsír 9.453 g; energia 275.43 kcal; energia 1151.55 kJ; koleszterin 20.1 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Zsemle (1;6;7;) élelmi rost 1.859 g; fehérje 7.043 g; hozzáadott cukor 12.542 g; só 0.9995 g; szénhidrát 43.486 g; telített zsírsav 1.205 g; zsír 2.415 g; energia 225.923 kcal; energia 944.348 kJ; koleszterin 4.4 mg;	Citromos tea (1;12;) Csirkemellsonka Kedvenc ízek Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.158 g; fehérje 10.606 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 1.7604 g; szénhidrát 42.245 g; telített zsírsav 1.2359 g; zsír 4.406 g; energia 252.914 kcal; energia 1057.2 kJ; koleszterin 19.6 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Vajkrém ízesített (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 6.95674 g; fehérje 13.001 g; hozzáadott cukor 8.392 g; só 0.85469 g; szénhidrát 49.6622 g; telített zsírsav 5.5558 g; zsír 11.8214 g; energia 358.691 kcal; energia 1499.58 kJ; koleszterin 33.4 mg;
ebéd / A	Tárkonyos szárnyasraguleves (1;7;9;10;12;) Mák szórás Metélt tészta (1;3;) Alma élelmi rost 11.535 g; fehérje 25.632 g; hozzáadott cukor 20.988 g; só 1.5957 g; szénhidrát 104.401 g; telített zsírsav 6.317 g; zsír 32.258 g; energia 816.514 kcal; energia 3413.03 kJ; koleszterin 43.47 mg;	Vajasgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Húsgombóc (3;12;) Paradicsommártás (1;9;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) élelmi rost 7.07 g; fehérje 19.023 g; hozzáadott cukor 17.997 g; só 3.034 g; szénhidrát 81.867 g; telített zsírsav 6.231 g; zsír 23.43 g; energia 621.223 kcal; energia 2596.7 kJ; koleszterin 75.401 mg;	Magyaros gombaleves (1;3;6;7;9;10;12;) Temesvári csirkeragu (1;7;9;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 10.339 g; fehérje 25.246 g; hozzáadott cukor 0.003 g; só 2.118 g; szénhidrát 56.474 g; telített zsírsav 4.962 g; zsír 21.617 g; energia 512.554 kcal; energia 2142.49 kJ; koleszterin 70.08 mg;	Brokkolikrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Rántott csirkemellfilé (1;3;5;6;7;8;) Petrezselymes pároltrizs (1;3;6;7;9;10;12;13;) Ecetes cékla édesítőszerekkel (12;) élelmi rost 6.56 g; fehérje 33.176 g; hozzáadott cukor 3.996 g; só 3.33978 g; szénhidrát 100.229 g; telített zsírsav 6.968 g; zsír 39.725 g; energia 896.346 kcal; energia 3746.7 kJ; koleszterin 114.342 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Főtt tojás (3;) Parajfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) élelmi rost 13.1367 g; fehérje 25.224 g; hozzáadott cukor 4 g; só 2.31494 g; szénhidrát 78.2882 g; telített zsírsav 5.4394 g; zsír 23.0504 g; energia 628.358 kcal; energia 2628.71 kJ; koleszterin 276.567 mg;
uzsonna / A	Rácsos táskás túros (1;3;6;7;8;) cukor 5.2 g; élelmi rost 0.7 g; fehérje 4.1 g; só 0.00025 g; szénhidrát 20.25 g; telített zsírsav 3.65 g; zsír 7.8 g; energia 169.5 kcal; energia 709.5 kJ;	Tejszínes krémsajt (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 7.26174 g; fehérje 6.536 g; só 0.98894 g; szénhidrát 30.1822 g; telített zsírsav 5.2436 g; zsír 8.6314 g; energia 226.606 kcal; energia 947.653 kJ; koleszterin 28.8 mg;	Zala felvágott Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Jégcsapretek élelmi rost 6.72174 g; fehérje 9.056 g; só 1.18994 g; szénhidrát 28.8182 g; telített zsírsav 2.4567 g; zsír 8.2314 g; energia 226.311 kcal; energia 945.945 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Kígyóuborka (12;) élelmi rost 6.90774 g; fehérje 11.456 g; só 1.17344 g; szénhidrát 28.8322 g; telített zsírsav 4.5669 g; zsír 9.8714 g; energia 251.195 kcal; energia 1049.98 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 7.713 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9521 g; szénhidrát 30.15 g; telített zsírsav 1.1466 g; zsír 2.295 g; energia 173.229 kcal; energia 724.1 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