

Étlap

normál

2024.12.16. - 2024.12.22.



Nyomtatás: 2024.12.10. 8:32

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

12.16

Kakaó
Kifli
Delma margarin

Csontleves tésztával
Székelykáposzta
sertés húsos
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Alma

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Kedd

12.17

Gyümölcs tea
Körözött
Kenyér félbarna szeletelt

Lebbencsleves
Sertés vagdalt
Tejfölös zöldbab főzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Zala felvágott
Delma margarin
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Zöldpaprika

Szerda

12.18

Forralt tej
kakaós kalács

Fokhagymakrémleves
Kenyérkocka levesbetét
Budapest sertésragu
Főtt burgonya
Mandarin

Parasztkolbász
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Zöldpaprika

Csütörtök

12.19

Gyümölcs tea
Sajtkrém natúr
Teljes kiőrlésű zsemle
Félegyházi
Jégcsapretek

Tejszínes kukorica leves
Bácskai rizseshús
Húsos rakott burgonya

Főtt tojás
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Péntek

12.20

Gyümölcs tea
Kockasajt
Kifli teljes kiőrlésű

Zöldborsóleves
Milánói makaróni
Reszelt sajt

Sajtos pogácsa
Alma



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)

2024.12.16. - 2024.12.22.

Étkezés / Menü	Hétfő 12.16	Kedd 12.17	Szerda 12.18	Csütörtök 12.19	Péntek 12.20
tízórai / A	Kakaó (1;5;6;7;8;) Kifli (1;6;7;) Delma margarin (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;) 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;	Forralt 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 0.890756 g; szénhidrát 49.5148 g; telített zsírsav 4.22558 g; zsír 9.309 g; energia 338.89 kcal; energia 1416.81 kJ; koleszterin 51.8 mg;	Gyümölcs tea (12;) Sajtkrém natúr (7;) Teljes kiőrlésű zsemle Félégyházi (1;) Jégcsapretek élelmi rost 5.72485 g; fehérje 6.1301 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 0.81319 g; szénhidrát 33.6016 g; telített zsírsav 3.5353 g; zsír 6.0361 g; energia 214.197 kcal; energia 895.348 kJ; koleszterin 19.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Kockasajt (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 8.1231 g; hozzáadott cukor 8.3945 g; só 0.71819 g; szénhidrát 33.5056 g; telített zsírsav 1.0941 g; zsír 2.6611 g; energia 191.958 kcal; energia 802.382 kJ; koleszterin 7.84999 mg;
ebéd / A	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Székelykáposzta sertéshúsos (1;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Alma élelmi rost 16.0057 g; fehérje 20.737 g; hozzáadott cukor 0.018 g; só 3.12764 g; szénhidrát 63.3642 g; telített zsírsav 7.8284 g; zsír 26.8134 g; energia 582.996 kcal; energia 2436.92 kJ; koleszterin 49.008 mg;	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) cukor 0.046 g; élelmi rost 13.7477 g; fehérje 26.243 g; hozzáadott cukor 2.405 g; só 3.19494 g; szénhidrát 89.9982 g; telített zsírsav 7.7574 g; zsír 28.9444 g; energia 731.127 kcal; energia 3056.08 kJ; koleszterin 74.403 mg;	FokhagymakréMLEves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Kenyérkocka levesbetét (1;6;7;) Budapest sertésragu (1;9;12;) Főtt burgonya (12;) Mandarin élelmi rost 11.735 g; fehérje 25.372 g; só 2.6026 g; szénhidrát 87.456 g; telített zsírsav 7.825 g; zsír 25.937 g; energia 695.571 kcal; energia 2907.43 kJ; koleszterin 115.32 mg;	Tejszínes kukorica leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;13;) Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Húsos rakott burgonya (1;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 11.386 g; fehérje 35.346 g; hozzáadott cukor 2.498 g; só 2.055 g; szénhidrát 129.546 g; telített zsírsav 15.848 g; zsír 50.741 g; energia 1125.36 kcal; energia 4702.14 kJ; koleszterin 94.584 mg;	Zöldborsóleves (1;3;10;12;) Milánói makaróni (1;3;8;10;12;) Reszelt sajt (7;) élelmi rost 8.261 g; fehérje 30.817 g; hozzáadott cukor 3.003 g; só 2.152 g; szénhidrát 90.747 g; telített zsírsav 8.1872 g; zsír 29.583 g; energia 756.698 kcal; energia 3163.01 kJ; koleszterin 54.32 mg;
uzsonna / A	Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) élelmi rost 6.72174 g; fehérje 10.326 g; só 1.40694 g; szénhidrát 28.2222 g; telített zsírsav 3.8436 g; zsír 9.0414 g; energia 236.694 kcal; energia 989.375 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) Zöldpaprika élelmi rost 2.0302 g; fehérje 8.596 g; só 1.4521 g; szénhidrát 31.54 g; telített zsírsav 2.5413 g; zsír 7.918 g; energia 232.915 kcal; energia 973.585 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Parasztkolbász (6;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Zöldpaprika élelmi rost 7.11574 g; fehérje 8.956 g; só 1.28542 g; szénhidrát 28.8172 g; telített zsírsav 2.6987 g; zsír 9.1064 g; energia 234.168 kcal; energia 978.812 kJ; koleszterin 13.85 mg;	Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.94 g; fehérje 10.09 g; só 1.408 g; szénhidrát 31.6 g; telített zsírsav 2.0633 g; zsír 7.7 g; energia 237.19 kcal; energia 991.452 kJ; koleszterin 135.2 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) Alma élelmi rost 4.3 g; fehérje 7.7873 g; só 0.623168 g; szénhidrát 35.5436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.7146 g; energia 363.188 kcal; energia 1518.14 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélek; 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