

Étlap

normál
2024.04.22. - 2024.04.28.



Nyomtatás: 2024.04.16. 7:49
Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

04.22

Citromos tea
Sajtosrúd

Babgulyás
Tejbedara
Fahéjszórás

Gépsonka Kedvenc ízek
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Kedd

04.23

Tej
Foszlós kalács

Daragaluska leves
Natúr sertésszelet
Kerti főzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Kockasajt
Kifli
Paradicsom

Szerda

04.24

Tej
Vajkrém ízesített
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Paradicsomleves
Csirkés színes rizottó
Trappista sajt

Házi tojáskrém
Kenyér félbarna szeletelt
Lilahagyma

Csütörtök

04.25

Gyümölcs tea
Trappista sajt
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Magyaros zöldségleves
Húsgombóc
Vegyes gyümölcs mártás
Kenyér félbarna szeletelt

Házi kolbászkrém
Zsemle
Rágórépa

Péntek

04.26

Kakaó
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Gombakrémleves
Pirított olajosmag levesbetét
Tejfölös túró
Túrós tészta

Müzli szelet
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)

2024.04.22. - 2024.04.28.

Étkezés / Menü	Hétfő 04.22	Kedd 04.23	Szerda 04.24	Csütörtök 04.25	Péntek 04.26
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Sajtosrúd (1;3;6;7;12;) élelmi rost 1.44515 g; fehérje 6.5645 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 0.86825 g; szénhidrát 32.662 g; telített zsírsav 1.6968 g; zsír 2.979 g; energia 185.231 kcal; energia 774.365 kJ; koleszterin 9.5 mg;	Tej (7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) 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;	Tej (7;) Vajkrém ízesített (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 6.72174 g; fehérje 12.856 g; só 0.84969 g; szénhidrát 39.1322 g; telített zsírsav 5.539 g; zsír 11.7314 g; energia 314.974 kcal; energia 1316.85 kJ; koleszterin 33.4 mg;	Gyümölcs tea (12;) Trappista 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;	Kakaó (1;5;6;7;8;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 7.32574 g; fehérje 12.812 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 0.94794 g; szénhidrát 46.9322 g; telített zsírsav 2.8277 g; zsír 7.5784 g; energia 308.595 kcal; energia 1290.17 kJ; koleszterin 10.6 mg;
ebéd / A	Babgulyás (1;3;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) élelmi rost 13.563 g; fehérje 28.967 g; hozzáadott cukor 27.983 g; só 1.241 g; szénhidrát 92.74 g; telített zsírsav 6.787 g; zsír 20.542 g; energia 673.326 kcal; energia 2822.04 kJ; koleszterin 41.827 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Natúr sertésszelet (1;10;12;) Kerti főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 15.4277 g; fehérje 31.218 g; hozzáadott cukor 3.611 g; só 2.98494 g; szénhidrát 70.4112 g; telített zsírsav 4.4624 g; zsír 21.3984 g; energia 604.218 kcal; energia 2525.65 kJ; koleszterin 86.438 mg;	Paradicsomleves (1;3;9;10;12;) Csirkés színes rizottó (1;3;6;7;9;10;12;13;) Trappista sajt (7;) élelmi rost 4.887 g; fehérje 29.774 g; hozzáadott cukor 16.793 g; só 2.516 g; szénhidrát 105.461 g; telített zsírsav 5.6482 g; zsír 18.448 g; energia 710.712 kcal; energia 2970.76 kJ; koleszterin 72.164 mg;	Magyaros zöldségleves (1;3;9;10;12;) Húsgombóc (3;10;12;) Vegyes gyümölcsmártás (1;3;5;6;7;8;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 8.035 g; fehérje 19.785 g; hozzáadott cukor 14.001 g; só 2.498 g; szénhidrát 92.031 g; telített zsírsav 6.379 g; zsír 19.498 g; energia 628.675 kcal; energia 2627.87 kJ; koleszterin 59.46 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pirított olajosmag levesbetét (8;11;12;) Tejfölös túró (7;) Túrós tészta (1;3;) élelmi rost 5.687 g; fehérje 24.184 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 2.217 g; szénhidrát 75.485 g; telített zsírsav 7.948 g; zsír 29.205 g; energia 664.773 kcal; energia 2778.73 kJ; koleszterin 33.72 mg;
uzsonna / A	Gépsonka Kedvenc ízek Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Kígyóborka (12;) élelmi rost 6.90774 g; fehérje 10.436 g; só 0.91094 g; szénhidrát 28.5922 g; telített zsírsav 1.4807 g; zsír 5.6714 g; energia 208.141 kcal; energia 870.053 kJ; koleszterin 17.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Paradicsom Kígyóborka (12;) élelmi rost 1.881 g; fehérje 7.673 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.95365 g; szénhidrát 30.35 g; telített zsírsav 1.1548 g; zsír 2.275 g; energia 173.691 kcal; energia 726.032 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 3.722 g; fehérje 9.666 g; hozzáadott cukor 0.069 g; só 1.6695 g; szénhidrát 35.035 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.835 g; energia 215.711 kcal; energia 902.411 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Házi kolbászkrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Zsemle (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.206 g; fehérje 7.762 g; hozzáadott cukor 0.055 g; só 1.4785 g; szénhidrát 31.327 g; telített zsírsav 2.049 g; zsír 5.158 g; energia 204.905 kcal; energia 856.947 kJ; koleszterin 16.32 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Alma élelmi rost 4.44 g; fehérje 1.68 g; hozzáadott cukor 4 g; só 0.0877 g; szénhidrát 20 g; telített zsírsav 1.2 g; zsír 3.28 g; energia 118.508 kcal; energia 495.377 kJ;

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