

Étlap

normál

2024.05.20. - 2024.05.26.



Nyomtatás: 2024.05.14. 9:33

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

05.20

Kedd

05.21

Forralt tej
Vajkrém ízesített
Kifli

Nyári Zabgaluska leves
Főtt virsli
Tejfölös zöldbabfőzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Olasz
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Zöldpaprika

Szerda

05.22

Gyümölcs tea
Házi tojáskrém
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Paradicsomleves
Hentestokány
Főtt burgonya

Trappista sajt
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Újhagyma
Delma margarin

Csütörtök

05.23

Kakaó
Foszlós kalács

Magyaros zöldségleves
Savanyú vetrece
Durum tészta köret

Csirkemellsonka Kedvenc
ízek
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Rágórépa

Péntek

05.24

Citromos tea
Kenőmájas
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Paradicsom

Fahéjas almaleves
Szezámagos rántott
csirkemellfilé
Párolt rizs
Mongolsaláta
édesítőszerrel

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)

2024.05.20. - 2024.05.26.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.20	Kedd 05.21	Szerda 05.22	Csütörtök 05.23	Péntek 05.24
tízórai / A		Forralt tej (7;) Vajkrém ízesített (7;) Kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 12 g; só 1.05525 g; szénhidrát 39.5 g; telített zsírsav 5.6194 g; zsír 11.35 g; energia 309.56 kcal; energia 1294.23 kJ; koleszterin 33.4 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 6.89374 g; fehérje 9.112 g; hozzáadott cukor 8.061 g; só 1.04694 g; szénhidrát 38.3072 g; telített zsírsav 1.0264 g; zsír 3.9484 g; energia 227.848 kcal; energia 953.131 kJ; koleszterin 97.2 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;	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Paradicsom élelmi rost 7.30574 g; fehérje 10.652 g; hozzáadott cukor 8.991 g; só 1.41009 g; szénhidrát 38.4472 g; telített zsírsav 3.8518 g; zsír 9.1074 g; energia 280.355 kcal; energia 1171.88 kJ; koleszterin 67.2 mg;
ebéd / A		Nyári Zabgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;) Főtt virsli (6;7;9;10;) Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) cukor 0.1 g; élelmi rost 13.2537 g; fehérje 20.983 g; hozzáadott cukor 2.405 g; só 2.25494 g; szénhidrát 59.3172 g; telített zsírsav 7.3974 g; zsír 24.2184 g; energia 543.034 kcal; energia 2265.13 kJ; koleszterin 41.7 mg;	Paradicsomleves (1;3;9;10;12;) Hentestokány (1;6;7;9;10;12;) Főtt burgonya (12;) élelmi rost 7.678 g; fehérje 20.423 g; hozzáadott cukor 16.795 g; só 2.789 g; szénhidrát 84.879 g; telített zsírsav 5.431 g; zsír 21.623 g; energia 622.344 kcal; energia 2601.37 kJ; koleszterin 40.811 mg;	Magyaros zöldségleves (1;3;9;10;12;) Savanyú vetreze (1;3;6;7;8;9;10;12;) Durum tészta köret (1;3;) élelmi rost 6.686 g; fehérje 26.264 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 1.973 g; szénhidrát 77.138 g; telített zsírsav 10.351 g; zsír 37.298 g; energia 753.244 kcal; energia 3148.55 kJ; koleszterin 63.06 mg;	Fahéjas almaleves (1;3;5;6;7;8;10;12;) Szezámagos rántott csirkemellfilé (1;3;5;6;7;8;11;) Párolt rizs (10;12;) Mongolsaláta édesítőszekkel (9;10;12;) élelmi rost 5.212 g; fehérje 29.091 g; hozzáadott cukor 13.986 g; só 3.663 g; szénhidrát 102.77 g; telített zsírsav 6.834 g; zsír 36.734 g; energia 863.416 kcal; energia 3609.05 kJ; koleszterin 103.662 mg;
uzsonna / A		Olasz (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.334 g; fehérje 9.02 g; só 2.1416 g; szénhidrát 32.08 g; telített zsírsav 3.4223 g; zsír 10.32 g; energia 258.509 kcal; energia 1080.58 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Trappista sajt (7;) Vizes zsemle (Félegyházi Pékség) (1;) Újhagyma Delma margarin (7;) élelmi rost 2.9362 g; fehérje 11.691 g; só 1.4555 g; szénhidrát 34.81 g; telített zsírsav 4.6735 g; zsír 9.593 g; energia 270.507 kcal; energia 1130.71 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Csirkemellsonka Kedvenc ízek Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 7.26174 g; fehérje 10.296 g; só 1.17434 g; szénhidrát 30.6922 g; telített zsírsav 1.1143 g; zsír 4.5514 g; energia 206.869 kcal; energia 865.165 kJ; koleszterin 19.6 mg;	Pizzás tekeres (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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek