

Étlap

normál

2024.02.05. - 2024.02.11.



Nyomtatás: 2024.01.31. 6:07

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

02.05

Vaníliás tej
Foszlós kalács

Májgaluska leves
Gránátos kocka

Sertés párizsi
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Paradicsom

Kedd

02.06

Gyümölcs tea
Snidlinges túrókrém
Kenyér félbarna szeletelt

BrokkolikréMLEVES
Csurgatott tészta
Lecsós sertésragu
Bulgur

Paradicsomos
harcsapástétom 130 g
Eurofood
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Szerda

02.07

Citromos tea
Házi sajtkrém
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Rágórépa

Lebbencsleves
Sertésvagdalt
Zöldborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Zala felvágott
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Csütörtök

02.08

Kakaó
Sajtos kifli

Gyümölcsleves
Zöldfűszeres sertésragu
Párolt rizs
Káposztasaláta
édesítőszerrel

Trappista sajt
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Zöldpaprika

Péntek

02.09

Forralt tej
Padlizsánkrém
Kenyér félbarna szeletelt
Jégcsapretek

Reszelttészta leves
Főtt baromfivirslis
Tejfölös burgonyafőzelék
Félbarna kenyér

Kockasajt
Kifli teljeskiőrlésű 50g
Félegyházi



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)

2024.02.05. - 2024.02.11.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.05	Kedd 02.06	Szerda 02.07	Csütörtök 02.08	Péntek 02.09
tízórai / A	Vaníliás tej (1;7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) élelmi rost 1.98 g; fehérje 13.874 g; hozzáadott cukor 10.1908 g; só 0.890756 g; szénhidrát 55.5098 g; telített zsírsav 4.22558 g; zsír 9.309 g; energia 362.981 kcal; energia 1517.51 kJ; koleszterin 51.8 mg;	Gyümölcs tea (12;) Snidlinges túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.054 g; fehérje 8.963 g; hozzáadott cukor 8.054 g; só 1.592 g; szénhidrát 41.645 g; telített zsírsav 1.48 g; zsír 3.026 g; energia 231.218 kcal; energia 966.488 kJ; koleszterin 5.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi sajtkrém (1;3;6;7;9;10;12;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.7642 g; fehérje 10.263 g; hozzáadott cukor 9.046 g; só 1.6565 g; szénhidrát 43.592 g; telített zsírsav 3.61 g; zsír 6.117 g; energia 273.077 kcal; energia 1141.91 kJ; koleszterin 17.7 mg;	Kakaó (1;5;6;7;8;) Sajtos kifli (1;6;7;) élelmi rost 1.83115 g; fehérje 13.5345 g; hozzáadott cukor 7.992 g; só 1.13425 g; szénhidrát 41.997 g; telített zsírsav 3.5298 g; zsír 6.3 g; energia 280.101 kcal; energia 1171.08 kJ; koleszterin 19.9 mg;	Forralt tej (7;) Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Jégcsapretek élelmi rost 3.29 g; fehérje 13.325 g; só 1.786 g; szénhidrát 43.795 g; telített zsírsav 2.712 g; zsír 10.652 g; energia 325.515 kcal; energia 1360.92 kJ; koleszterin 17.54 mg;
ebéd / A	Májgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Gránátos kocka (1;3;10;12;) élelmi rost 8.439 g; fehérje 21.268 g; hozzáadott cukor 0.01 g; só 2.289 g; szénhidrát 89.308 g; telített zsírsav 2.372 g; zsír 16.559 g; energia 596.568 kcal; energia 2493.63 kJ; koleszterin 207.375 mg;	Brokkolikrémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Lecsós sertésragu (1;3;6;7;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 9.724 g; fehérje 22.576 g; só 2.311 g; szénhidrát 58.156 g; telített zsírsav 9.675 g; zsír 34.933 g; energia 628.676 kcal; energia 2627.87 kJ; koleszterin 68.13 mg;	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Sertésragu (1;3;5;6;7;8;10;12;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) cukor 0.046 g; élelmi rost 13.04 g; fehérje 31.86 g; hozzáadott cukor 2.398 g; só 3.023 g; szénhidrát 95.659 g; telített zsírsav 5.933 g; zsír 23.638 g; energia 728.604 kcal; energia 3045.65 kJ; koleszterin 64.737 mg;	Gyümölcsleves (1;3;5;6;7;8;10;12;) Zöldfűszeres sertésragu (1;8;10;12;) Párolt rizs (10;12;) Káposztasaláta édesítőszerrel (10;12;) élelmi rost 5.155 g; fehérje 20.154 g; hozzáadott cukor 9.79 g; só 1.81625 g; szénhidrát 80.702 g; telített zsírsav 10.1185 g; zsír 31.974 g; energia 697.496 kcal; energia 2914.48 kJ; koleszterin 65.76 mg;	Reszelttészta leves (1;3;9;10;12;) Főtt baromfivirsli (9;10;) Tejfölös burgonyafőzelék (1;7;10;12;) Félbarna kenyér (1;6;7;) élelmi rost 8.66 g; fehérje 20.749 g; hozzáadott cukor 0.015 g; só 3.331 g; szénhidrát 69.391 g; telített zsírsav 5.994 g; zsír 21.963 g; energia 563.509 kcal; energia 2355.45 kJ; koleszterin 63.15 mg;
uzsonna / A	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Paradicsom élelmi rost 7.08774 g; fehérje 8.296 g; só 1.14009 g; szénhidrát 29.0122 g; telített zsírsav 2.37884 g; zsír 7.9114 g; energia 221.493 kcal; energia 925.829 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Paradicsomos harcsapástétom 130 g Eurofood (4;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Kígyóuborka (12;) cukor 0.06 g; élelmi rost 6.90774 g; fehérje 8.426 g; só 0.83219 g; szénhidrát 30.3622 g; telített zsírsav 1.2744 g; zsír 9.9014 g; energia 245.166 kcal; energia 1025.24 kJ;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 2.94 g; fehérje 9.16 g; só 1.8 g; szénhidrát 31.54 g; telített zsírsav 2.5863 g; zsír 8.08 g; energia 236.647 kcal; energia 989.184 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Zöldpaprika élelmi rost 7.11574 g; fehérje 11.496 g; só 1.16854 g; szénhidrát 29.0922 g; telített zsírsav 4.5669 g; zsír 9.9114 g; energia 252.761 kcal; energia 1056.53 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli teljeskiőrlésű 50g Félégyházi (1;) élelmi rost 5.72485 g; fehérje 8.1131 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.71819 g; szénhidrát 25.3256 g; telített zsírsav 1.0941 g; zsír 2.6591 g; energia 158.741 kcal; energia 663.535 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