

Étlap

normál

2024.02.19. - 2024.02.25.



Nyomtatás: 2024.02.13. 11:39

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

02.19

Kakaó
kuglóf

Legényfogóleves sertéshúsból
Dejós szórás
Metélt főtt tészta

Sertés párizsi
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Jégcsapretek

Kedd

02.20

Gyümölcs tea
Házi citromos halkrém
Kenyér félbarna szeletelt

Kukoricagaluska leves
Sertésvagdalt
Paradicsomos káposzta
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Farsangi fánk

Trappista sajt
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Zöldpaprika

Szerda

02.21

Forralt tej
Vajas kifli
Delma margarin

Eresztett tojás leves
Édes-savanyú csirkeragu
Kuszkusz*

Zala felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Jégcsapretek

Csütörtök

02.22

Citromos tea
Házi sonkakrém
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Csontleves tésztával
Pusztapörkölt sertéshúsból
Csemege uborka édesítő szerekkel

Kockasajt
Kifli
Rágórépa

Péntek

02.23

Gyümölcs tea
Házi vitaminos túrókrém
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Zöldpaprika

Magyaros lencseleves
Fokhagymás sertéssült
Párolt rizs
Ecetes cékla édesítőszerekkel

Pizzás tekercs

Szombat

02.24

Vasárnap

02.25

Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0056
5650 Mezőberény, Petőfi u. 14/b.
Telefon: - Fax: -

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

2024.02.19. - 2024.02.25.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.19	Kedd 02.20	Szerda 02.21	Csütörtök 02.22	Péntek 02.23
tízórai / A	Kakaó (1;5;6;7;8;) kuglóf (1;3;6;7;) élelmi rost 3.0559 g; fehérje 12.1045 g; hozzáadott cukor 12.987 g; só 0.290525 g; szénhidrát 47.7745 g; telített zsírsav 3.9134 g; zsír 7.6835 g; energia 310.076 kcal; energia 1296.41 kJ; koleszterin 36.65 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.064 g; fehérje 9.836 g; hozzáadott cukor 8.026 g; só 1.935 g; szénhidrát 40.83 g; telített zsírsav 2.547 g; zsír 8.442 g; energia 280.495 kcal; energia 1172.48 kJ; koleszterin 16.968 mg;	Forralt tej (7;) Vajás kifli (1;3;5;6;7;8;11;) 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 275.405 kcal; energia 1151.55 kJ; koleszterin 20.1 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi sonkakrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) élelmi rost 7.29474 g; fehérje 10.583 g; hozzáadott cukor 9.05 g; só 1.12494 g; szénhidrát 39.8922 g; telített zsírsav 1.0134 g; zsír 3.2114 g; energia 232.806 kcal; energia 973.118 kJ; koleszterin 17.535 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi vitaminos túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Zöldpaprika élelmi rost 7.61074 g; fehérje 8.316 g; hozzáadott cukor 8.047 g; só 0.92154 g; szénhidrát 39.4282 g; telített zsírsav 1.1464 g; zsír 2.8934 g; energia 218.587 kcal; energia 913.682 kJ; koleszterin 4.485 mg;
ebéd / A	Legényfogóleves sertéshúsból (1;3;7;9;10;12;) Dejős szórás (1;5;8;11;) Metélt főtt tészta (1;3;) élelmi rost 7.847 g; fehérje 25.63 g; hozzáadott cukor 20.986 g; só 1.56 g; szénhidrát 86.712 g; telített zsírsav 6.973 g; zsír 28.565 g; energia 710.255 kcal; energia 2968.87 kJ; koleszterin 129.255 mg;	Kukoricagaluska leves (3;5;8;9;10;11;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Paradicsomos káposzta (1;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Farsangi fánk (1;3;7;12;) cukor 0.046 g; élelmi rost 17.6277 g; fehérje 35.105 g; hozzáadott cukor 25.96 g; só 4.41294 g; szénhidrát 154.605 g; telített zsírsav 13.9404 g; zsír 81.8104 g; energia 1504.48 kcal; energia 6288.67 kJ; koleszterin 136.79 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Édes-savanyú csirkeragu (1;5;6;7;8;9;10;11;12;) Kuszkusz* (1;3;5;6;7;9;10;12;13;) élelmi rost 4.165 g; fehérje 22.723 g; hozzáadott cukor 2.003 g; só 2.492 g; szénhidrát 54.505 g; telített zsírsav 2.741 g; zsír 18.12 g; energia 478.557 kcal; energia 2000.39 kJ; koleszterin 103.64 mg;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Pusztapörkölt sertéshúsból (1;3;6;7;8;9;10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 8.371 g; fehérje 15.446 g; hozzáadott cukor 0.018 g; só 2.56 g; szénhidrát 48.936 g; telített zsírsav 5.189 g; zsír 17.49 g; energia 420.549 kcal; energia 1757.86 kJ; koleszterin 34.74 mg;	Magyaros lencseleves (1;3;7;8;9;10;12;) Fokhagymás sertéssült (1;12;) Párolt rizs (10;12;) Ecetes cékla édesítőszerekkel (12;) élelmi rost 10.293 g; fehérje 37.55 g; hozzáadott cukor 4.005 g; só 2.67378 g; szénhidrát 100.397 g; telített zsírsav 4.147 g; zsír 20.978 g; energia 745.352 kcal; energia 3115.57 kJ; koleszterin 66.28 mg;
uzsonna / A	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Jégcsapretek élelmi rost 6.72174 g; fehérje 8.316 g; só 1.14494 g; szénhidrát 28.7382 g; telített zsírsav 2.37664 g; zsír 7.8914 g; energia 219.935 kcal; energia 919.317 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.334 g; fehérje 11.82 g; só 1.7866 g; szénhidrát 32.34 g; telített zsírsav 4.7025 g; zsír 9.78 g; energia 265.925 kcal; energia 1111.57 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Zala felvágott (9;10;) 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 226.305 kcal; energia 945.945 kJ; koleszterin 15.2 mg;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 2.055 g; fehérje 7.613 g; hozzáadott cukor 0.4025 g; só 0.9825 g; szénhidrát 30.67 g; telített zsírsav 1.1606 g; zsír 2.275 g; energia 175.711 kcal; energia 734.92 kJ; koleszterin 7.84999 mg;	Pizzás tekercs (1;3;5;6;7;8;9;10;11;12;) élelmi rost 0.7905 g; fehérje 2.90875 g; só 1.13535 g; szénhidrát 14.4285 g; telített zsírsav 3.39605 g; zsír 12.86 g; energia 185.95 kcal; energia 777.374 kJ; koleszterin 10.783 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