

Étlap (allergén, élettani érték)



Üzem: 0036
1202 Bp., Lázár utca 3-5.
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

Fekete István Általános Iskola -

: - SHM - Sertéshúsmentes (Iskola)

2024.09.30 - 2024.10.06

Étkezés / Menü	Hétfő 09.30	Kedd 10.01	Szerda 10.02	Csütörtök 10.03	Péntek 10.04
ebéd / SHM	Zöldséges bableves (1;3;9;12;) Pusztapörkölt szárnyasból* (1;3;6;7;9;10;12;) Ecetes cékla édesítőszerekkel (12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 20.203 g; fehérje 30.751 g; hozzáadott cukor 3.996 g; só 2.92428 g; szénhidrát 103.148 g; telített zsírsav 2.243 g; zsír 11.949 g; energia 650.42 kcal; energia 2718.8 kJ; koleszterin 49.26 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Provance-i csirkeragu (1;5;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 7.66 g; fehérje 26.895 g; só 2.066 g; szénhidrát 52.794 g; telített zsírsav 8.175 g; zsír 30.222 g; energia 578.06 kcal; energia 2416.3 kJ; koleszterin 127.17 mg;	Tárkonyos halgaluskaleves (1;3;4;6;7;9;10;12;13;) Szilvalekváros derelye (1;5;6;7;8;12;) Fahéjszórás (1;10;) cukor 12.3 g; élelmi rost 7.406 g; fehérje 20.141 g; hozzáadott cukor 9.99 g; só 2.081 g; szénhidrát 98.207 g; telített zsírsav 4.171 g; zsír 17.406 g; energia 642.418 kcal; energia 2700.27 kJ; koleszterin 62.82 mg;	Zöldségleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Pulyka nuggets tepsiben sütve (1;3;6;7;10;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Alma élelmi rost 15.089 g; fehérje 19.499 g; hozzáadott cukor 2.398 g; só 3.6702 g; szénhidrát 79.818 g; telített zsírsav 1.835 g; zsír 15.036 g; energia 538.46 kcal; energia 2250.86 kJ; koleszterin 1.248 mg;	Tejfölös karalábéleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejfölös túró (7;) Metélt tészta (1;3;) Porcukor élelmi rost 4.852 g; fehérje 21.055 g; hozzáadott cukor 19.98 g; só 1.99515 g; szénhidrát 98.492 g; telített zsírsav 8.468 g; zsír 31.622 g; energia 766.677 kcal; energia 3204.67 kJ; koleszterin 45.81 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, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek