

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)

2024.09.23 - 2024.09.29

Étkezés / Menü	Hétfő 09.23	Kedd 09.24	Szerda 09.25	Csütörtök 09.26	Péntek 09.27
ebéd / SHM	Szárnyasraguleves (1;3;9;12;) Szilvás gombóc (1;3;5;6;7;8;12;) Fahéjszórás (1;10;)	Csontleves (1;6;9;10;12;) Csikóstkány (1;7;9;12;) Durum tészta köret (1;3;)	Tejfőlös karfiolleves zöldséggel (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tavaszi rizses csirke (1;3;6;7;9;10;12;13;) Mongolsaláta édesítőszerekkel (9;10;12;)	Rántott leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Fokhagymás sült csirkemell (1;12;) Zöldséges bulgur (1;9;12;)	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Főtt tojás (3;) Parajfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Túró Rudi (5;6;7;8;)
	cukor 14.96 g; élelmi rost 4.117 g; fehérje 23.108 g; hozzáadott cukor 9.997 g; só 2.911 g; szénhidrát 118.324 g; telített zsírsav 2.835 g; zsír 18.425 g; energia 736.957 kcal; energia 3091.39 kJ; koleszterin 42.997 mg;	élelmi rost 6.359 g; fehérje 27.504 g; hozzáadott cukor 0.015 g; só 2.062 g; szénhidrát 67.94 g; telített zsírsav 5.178 g; zsír 22.187 g; energia 584.801 kcal; energia 2444.48 kJ; koleszterin 68.07 mg;	élelmi rost 5.968 g; fehérje 21.016 g; só 3.158 g; szénhidrát 68.913 g; telített zsírsav 3.771 g; zsír 16.118 g; energia 507.993 kcal; energia 2123.41 kJ; koleszterin 53.817 mg;	élelmi rost 7.83 g; fehérje 26.941 g; só 2.1785 g; szénhidrát 54.041 g; telített zsírsav 1.95 g; zsír 15.505 g; energia 454.344 kcal; energia 1899.15 kJ; koleszterin 43.2 mg;	cukor 11.46 g; élelmi rost 8.601 g; fehérje 27.249 g; só 2.329 g; szénhidrát 79.897 g; telített zsírsav 8.616 g; zsír 24.934 g; energia 659.492 kcal; energia 2759.64 kJ; koleszterin 275.517 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