

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)

2024.10.14 - 2024.10.20

Étkezés / Menü	Hétfő 10.14	Kedd 10.15	Szerda 10.16	Csütörtök 10.17	Péntek 10.18
ebéd / SHM	Sütőtökrémleves (1;6;7;8;10;12;) Hántolt napraforgómag (8;11;12;) Hentes tokány (1;6;7;9;10;12;) Párolt rizs (10;12;) élelmi rost 3.293 g; fehérje 9.972 g; hozzáadott cukor 3.596 g; só 1.2275 g; szénhidrát 77.45 g; telített zsírsav 3.7539 g; zsír 18.535 g; energia 519.267 kcal; energia 2170.53 kJ; koleszterin 12 mg;	Magyaros gombaleves (1;3;6;7;9;10;12;) Tökfőzelék (1;7;12;) Fűszeres sült csirkemellfilé (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.806 g; fehérje 31.745 g; hozzáadott cukor 1.801 g; só 2.4805 g; szénhidrát 62.099 g; telített zsírsav 4.36 g; zsír 22.284 g; energia 579.893 kcal; energia 2424 kJ; koleszterin 67.08 mg;	Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;12;) Paprikás burgonya virslivel (1;3;6;7;9;10;12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 12.497 g; fehérje 25.462 g; hozzáadott cukor 4.8955 g; só 5.01584 g; szénhidrát 98.986 g; telített zsírsav 5.76995 g; zsír 24.9505 g; energia 729.555 kcal; energia 3049.52 kJ; koleszterin 52.511 mg;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Halas spagetti paradicsomos (1;3;4;10;12;) Reszelt sajt (7;) élelmi rost 5.994 g; fehérje 26.866 g; hozzáadott cukor 6.012 g; só 2.096 g; szénhidrát 73.529 g; telített zsírsav 5.2992 g; zsír 17.519 g; energia 564.892 kcal; energia 2361.25 kJ; koleszterin 54.1 mg;	Tavaszi zöldségleves (1;3;6;7;9;10;12;) Zöldséges vagdalt (1;3;5;6;7;8;12;) Burgonyapüré (7;12;) élelmi rost 8.932 g; fehérje 21.818 g; só 2.627 g; szénhidrát 76.181 g; telített zsírsav 10.163 g; zsír 47.883 g; energia 830.737 kcal; energia 3472.53 kJ; koleszterin 68.609 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