

Étlap (allergén, élettani érték)



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

Grassalkovich Antal Általános Iskola

- C - Tejmentes (Iskola)

2024.10.07 - 2024.10.13

Étkezés / Menü	Hétfő 10.07	Kedd 10.08	Szerda 10.09	Csütörtök 10.10	Péntek 10.11
tízórai / C	Tea (12;) Brokkolis zöldségpástétom Eurofood Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.515 g; fehérje 5.436 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.7881 g; szénhidrát 38.711 g; telített zsírsav 0.815 g; zsír 6.474 g; energia 237.013 kcal; energia 990.023 kJ;	Rizsital Kométa zala felvágott Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika cukor 0.04 g; élelmi rost 2.509 g; fehérje 8.1 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 1.2966 g; szénhidrát 47.74 g; telített zsírsav 1.445 g; zsír 5.35 g; energia 272.518 kcal; energia 1137.77 kJ; koleszterin 0.132 mg;	Rizsital Kométa Classic Extra sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kigyóuborka (12;) cukor 0.18 g; élelmi rost 2.301 g; fehérje 8.86 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 0.98936 g; szénhidrát 47.38 g; telített zsírsav 0.605 g; zsír 2.91 g; energia 252.152 kcal; energia 1054.22 kJ;	Rizsital Harcspástétom zöldfűszeres 30g (2;4;14;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 2.181 g; fehérje 9.3283 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 1.04699 g; szénhidrát 48.0949 g; telített zsírsav 1.8317 g; zsír 7.5757 g; energia 299.33 kcal; energia 1250.81 kJ; koleszterin 12.825 mg;	Tea (12;) Kométa Classic Extra sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) cukor 0.18 g; élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.116 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.78786 g; szénhidrát 36.001 g; telített zsírsav 0.365 g; zsír 0.954 g; energia 186.313 kcal; energia 779.423 kJ;
uzsonna / C	Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Jégcsapretek élelmi rost 1.515 g; fehérje 4.92 g; só 0.7955 g; szénhidrát 29.026 g; telített zsírsav 0.131 g; zsír 0.37 g; energia 139.422 kcal; energia 582.79 kJ;	Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Karfiolos zöldségpástétom Eurofood élelmi rost 1.515 g; fehérje 5.42 g; só 0.7881 g; szénhidrát 31.41 g; telített zsírsav 0.815 g; zsír 6.47 g; energia 206.5 kcal; energia 863.19 kJ;	Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Eurofood baromfimájás krém élelmi rost 1.515 g; fehérje 8.09 g; só 0.78789 g; szénhidrát 29.97 g; telített zsírsav 1.775 g; zsír 6.92 g; energia 215.8 kcal; energia 900.99 kJ;	Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 4.94 g; só 0.7891 g; szénhidrát 29.1 g; telített zsírsav 0.125 g; zsír 0.41 g; energia 140.518 kcal; energia 587.37 kJ;	Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Tauris csirkemell sonka Zöldpaprika élelmi rost 1.909 g; fehérje 7.944 g; só 1.0051 g; szénhidrát 29.62 g; telített zsírsav 0.169 g; zsír 0.53 g; energia 152.918 kcal; energia 639.77 kJ;
egyéb ebéd / C	Alma-körte gyümölcsleves (10;12;) Mustáros csirkeapró (10;12;) Párolt köles SP élelmi rost 5.208 g; fehérje 22.887 g; hozzáadott cukor 23.976 g; só 1.591 g; szénhidrát 87.937 g; telített zsírsav 2.141 g; zsír 14.933 g; energia 581.646 kcal; energia 2431.25 kJ; koleszterin 36 mg;	Daragaluska leves (9;10;12;) Sertéssült (10;) Zöldborsó főzelék új SP (12;) cukor 0.185 g; élelmi rost 13.674 g; fehérje 47.838 g; hozzáadott cukor 3.075 g; só 5.176 g; szénhidrát 60.195 g; telített zsírsav 6.718 g; zsír 35.455 g; energia 757.879 kcal; energia 3168.11 kJ; koleszterin 95.2 mg;	Bazsalikomos paradicsomleves cukorral levesbetét nélkül SP (9;10;12;) Rántott sertéskaraj Burgonyapüré (12;) cukor 0.027 g; élelmi rost 8.733 g; fehérje 36.566 g; hozzáadott cukor 25.021 g; só 6.91 g; szénhidrát 120.008 g; telített zsírsav 8.083 g; zsír 46.749 g; energia 1054.92 kcal; energia 4408.44 kJ; koleszterin 81.6 mg;	Zöldségleves (9;10;12;) Sült csirkemell filé (10;) Zöldbabfőzelék (12;) cukor 0.344 g; élelmi rost 9.85 g; fehérje 27.239 g; hozzáadott cukor 0.8 g; só 3.782 g; szénhidrát 60.383 g; telített zsírsav 1.746 g; zsír 14.998 g; energia 491.435 kcal; energia 2054.25 kJ; koleszterin 42 mg;	Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) Tört burgonya (12;) Sütőtökrémleves (10;12;) Olaszos csirkeragu (10;12;) élelmi rost 8.485 g; fehérje 24.781 g; hozzáadott cukor 14.386 g; só 3.725 g; szénhidrát 102.608 g; telített zsírsav 1.97 g; zsír 17.21 g; energia 671.744 kcal; energia 2807.85 kJ; koleszterin 36 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