

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)

2024.11.18 - 2024.11.24

Étkezés / Menü	Hétfő 11.18	Kedd 11.19	Szerda 11.20	Csütörtök 11.21	Péntek 11.22
tízórai / C	Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;) Brokkolis zöldségpástétom Eurofood Tea (12;) élelmi rost 1.701 g; fehérje 5.636 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.7946 g; szénhidrát 39.051 g; telített zsírsav 0.815 g; zsír 6.494 g; energia 239.365 kcal; energia 999.851 kJ;	Rizsital Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kométa zala felvágott cukor 0.04 g; élelmi rost 2.115 g; fehérje 7.86 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 1.295 g; szénhidrát 47.14 g; telített zsírsav 1.445 g; zsír 5.29 g; energia 268.6 kcal; energia 1121.39 kJ; koleszterin 0.132 mg;	Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika Tauris csirkemell sonka Rizsital élelmi rost 2.509 g; fehérje 8.504 g; hozzáadott cukor 8.2 g; só 1.2001 g; szénhidrát 47.96 g; telített zsírsav 0.409 g; zsír 2.47 g; energia 246.318 kcal; energia 1029.77 kJ;	Kométa Classic Extra sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Tea (12;) 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;	Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kométa Classic Extra sonka Kígyóuborka (12;) Tea (12;) cukor 0.18 g; élelmi rost 1.701 g; fehérje 8.316 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.79436 g; szénhidrát 36.341 g; telített zsírsav 0.365 g; zsír 0.974 g; energia 188.665 kcal; energia 789.251 kJ;
uzsonna / C	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 8.1 g; só 0.78786 g; szénhidrát 28.7 g; telített zsírsav 0.365 g; zsír 0.95 g; energia 156.4 kcal; energia 654.39 kJ;	Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Margarin mini Bebo Basic Spread 35% 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;	Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Eurofood baromfifkrém csirkemájjal 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;	Zöldpaprika Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Margarin mini Bebo Basic Spread 35% 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;	Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Tauris csirkemell sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% élelmi rost 1.515 g; fehérje 7.704 g; só 1.0035 g; szénhidrát 29.02 g; telített zsírsav 0.169 g; zsír 0.47 g; energia 149 kcal; energia 623.39 kJ;
egyéb ebéd / C	Ecetes cékla édesítőszerekkel (12;) Tárkonyos zöldségleves (9;10;12;) Lyoni csirkemell SP. (12;) Pirított burgonya SP. (12;) élelmi rost 14.674 g; fehérje 50.63 g; hozzáadott cukor 5.431 g; só 3.77678 g; szénhidrát 97.321 g; telített zsírsav 4.187 g; zsír 34.567 g; energia 915.485 kcal; energia 3826.58 kJ; koleszterin 96 mg;	Alma Burgonyaleves (9;12;) Fokhagymás sertésszelet SP. (12;) Kerti főzelék (új SP.) (9;12;) élelmi rost 12.704 g; fehérje 44.156 g; só 4.5667 g; szénhidrát 63.249 g; telített zsírsav 6.58 g; zsír 30.438 g; energia 712.109 kcal; energia 2976.6 kJ; koleszterin 108.8 mg;	Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) Szárzabbaleves (9;10;12;) Aprópecsenye (12;) Párolt barna rizs (10;12;) élelmi rost 24.146 g; fehérje 38.04 g; só 8.077 g; szénhidrát 104.072 g; telített zsírsav 4.075 g; zsír 25.101 g; energia 798.951 kcal; energia 3339.6 kJ; koleszterin 67.5 mg;	Csontleves levestáztával (9;10;12;) Csirkefalatok (10;12;) Tökfőzelék (12;) cukor 0.057 g; élelmi rost 11.746 g; fehérje 27.297 g; hozzáadott cukor 0.7 g; só 8.466 g; szénhidrát 49.726 g; telített zsírsav 3.331 g; zsír 23.433 g; energia 523.814 kcal; energia 2189.57 kJ; koleszterin 70.56 mg;	Körteleves kr.cukorral (10;12;) Brokkolis húsos spagetti (10;12;) élelmi rost 1.578 g; fehérje 10.532 g; hozzáadott cukor 20.779 g; só 0.77 g; szénhidrát 27.629 g; telített zsírsav 4.956 g; zsír 18.08 g; energia 316.965 kcal; energia 1324.92 kJ; koleszterin 34 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélék; 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