

# Étlap (allergén, élettani érték)

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

Mikszáth Kálmán Általános Iskola

- DI155015 - Diab. ált. isk. 15-50-15g CH (Iskola)

2024.10.07 - 2024.10.13

Étkezés / Menü	Hétfő 10.07	Kedd 10.08	Szerda 10.09	Csütörtök 10.10	Péntek 10.11
<b>ebéd / DI50</b>	Húsgaluskaleves (1;3;9;10;12;)  Zöldséges tészta (1;3;8;9;10;12;) Reszelt sajt (7;)  Alma  cukor 0.019 g; élelmi rost 9.217 g; fehérje 17.583 g; só 2.30175 g; szénhidrát 50.25 g; telített zsírsav 6.4302 g; zsír 20.212 g; energia 459.124 kcal; energia 1919.14 kJ; koleszterin 58.35 mg;	Magyaros burgonyaleves (1;9;10;12;)  Főtt virsli Tökfőzelék laktózmentes tejföllel diab. (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;)  élelmi rost 7.666 g; fehérje 16.914 g; só 2.34375 g; szénhidrát 52.01 g; telített zsírsav 5.188 g; zsír 21.09 g; energia 469.065 kcal; energia 1960.75 kJ; koleszterin 49.56 mg;	Fahéjas almaleves diab. (1;3;5;6;7;8;10;12;) Zöldfűszeres csirkecomb (1;10;12;) Párolt rizs (diab.) (12;)  Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) Korpovit keksz (1;3;6;7;8;11;12;)  cukor 0.405 g; élelmi rost 4.643 g; fehérje 24.878 g; só 4.1335 g; szénhidrát 54.446 g; telített zsírsav 3.336 g; zsír 17.699 g; energia 480.116 kcal; energia 2008.13 kJ; koleszterin 67.964 mg;	Paradicsomleves édesítőszerrel (1;9;12;) Aprópecsenye parad.püre nélkül (1;12;) Bulgur (1;)  Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;)  élelmi rost 7.722 g; fehérje 26.516 g; só 5 g; szénhidrát 52.573 g; telített zsírsav 4.19 g; zsír 21.869 g; energia 505.121 kcal; energia 2111.39 kJ; koleszterin 57.12 mg;	Zöldségleves (1;9;12;)  Sertéssült Lencsefőzelék (laktózmentes) (1;7;8;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;)  élelmi rost 8.783 g; fehérje 35.926 g; só 2.0425 g; szénhidrát 50.373 g; telített zsírsav 6.177 g; zsír 24.996 g; energia 573.001 kcal; energia 2395.17 kJ; koleszterin 69.135 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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek

# Étlap (allergén, élettani érték)



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

Mikszáth Kálmán Általános Iskola:

- DI30 - Diab. ált. isk. 30 g CH ebéd (Iskola)

2024.10.07 - 2024.10.13

Étkezés / Menü	Hétfő 10.07	Kedd 10.08	Szerda 10.09	Csütörtök 10.10	Péntek 10.11
<b>ebéd / DI30</b>	Húsgaluskaleves (1;3;9;10;12;)  Zöldséges tészta (1;3;8;9;10;12;) Reszelt sajt (7;)  cukor 0.019 g; élelmi rost 5.022 g; fehérje 14.731 g; só 1.827 g; szénhidrát 28.331 g; telített zsírsav 6.2082 g; zsír 17.699 g; energia 337.535 kcal; energia 1419.18 kJ; koleszterin 58.35 mg;	Magyaros burgonyaleves (1;9;10;12;)  Főtt virsli Tökfőzelék laktózmentes tejföllel diab. (1;7;12;) Korpovit keksz (1;3;6;7;8;11;12;)  cukor 0.45 g; élelmi rost 5.416 g; fehérje 12.914 g; só 1.865 g; szénhidrát 34.01 g; telített zsírsav 5.578 g; zsír 21.49 g; energia 385.365 kcal; energia 1612.23 kJ; koleszterin 49.56 mg;	Alma  Zöldfűszeres csirkecomb (1;10;12;) Párolt rizs (diab.) (12;)  élelmi rost 3.837 g; fehérje 22.144 g; só 1.4157 g; szénhidrát 35.484 g; telített zsírsav 2.442 g; zsír 15.572 g; energia 373.802 kcal; energia 1562.48 kJ; koleszterin 66.15 mg;	Paradicsomleves édesítőszerrel (1;9;12;) Aprópecsenye parad.püre nélkül (1;12;) Bulgur (1;)  élelmi rost 3.792 g; fehérje 22.844 g; só 2.344 g; szénhidrát 31.005 g; telített zsírsav 4.019 g; zsír 20.438 g; energia 396.741 kcal; energia 1658.37 kJ; koleszterin 57.12 mg;	Zöldségleves (1;9;12;)  Sertéssült Lencsefőzelék (laktózmentes) (1;7;8;10;12;) Korpovit keksz (1;3;6;7;8;11;12;)  cukor 0.405 g; élelmi rost 6.222 g; fehérje 29.544 g; só 1.8445 g; szénhidrát 35.258 g; telített zsírsav 5.788 g; zsír 22.817 g; energia 467.882 kcal; energia 1957.01 kJ; koleszterin 65.508 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