

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)

2024.11.25 - 2024.12.01

Étkezés / Menü	Hétfő 11.25	Kedd 11.26	Szerda 11.27	Csütörtök 11.28	Péntek 11.29
ebéd / DI30	Sertésraguleves (9;10;12;) Tejfölös-zöldséges tészta (1;3;7;9;10;12;) Reszelt sajt (7;) élelmi rost 5.449 g; fehérje 20.018 g; só 1.575 g; szénhidrát 31.414 g; telített zsírsav 8.4742 g; zsír 23.337 g; energia 419.365 kcal; energia 1752.95 kJ; koleszterin 54 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;12;) Főtt virsli Burgonyás brokkolífőzelék (tejmentes) (1;12;) élelmi rost 6.228 g; fehérje 17.563 g; só 2.19 g; szénhidrát 33.849 g; telített zsírsav 3.729 g; zsír 20.081 g; energia 389.153 kcal; energia 1626.66 kJ; koleszterin 99.375 mg;	Rántott leves zsemlekocka nélkül (1;10;12;) Mustáros csirkecombfilé szelet laktózmentes (1;7;8;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 4.409 g; fehérje 25.077 g; só 2.128 g; szénhidrát 33.875 g; telített zsírsav 5.782 g; zsír 23.9 g; energia 445.864 kcal; energia 1863.74 kJ; koleszterin 84.285 mg;	Daragaluska leves (1;3;9;10;12;) Sertéssült Zöldborsó főzelék laktózmentes (cukormentes) (1;7;10;12;) cukor 0.019 g; élelmi rost 8.986 g; fehérje 34.74 g; só 2.386 g; szénhidrát 33.362 g; telített zsírsav 5.443 g; zsír 23.638 g; energia 489.948 kcal; energia 2047.9 kJ; koleszterin 78.49 mg;	Natúr halfilé (1;4;) Párolt rizs (diab.) (12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 1.462 g; fehérje 15.634 g; só 2.289 g; szénhidrát 30.816 g; telített zsírsav 2.203 g; zsír 14.219 g; energia 318.258 kcal; energia 1330.3 kJ; koleszterin 44 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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 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

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

2024.11.25 - 2024.12.01

Étkezés / Menü	Hétfő 11.25	Kedd 11.26	Szerda 11.27	Csütörtök 11.28	Péntek 11.29
ebéd / DI50	Sertésraguleves (9;10;12;) Tejfölös-zöldséges tészta (1;3;7;9;10;12;) Reszelt sajt (7;) Alma élelmi rost 9.76 g; fehérje 23.571 g; só 1.8897 g; szénhidrát 57.023 g; telített zsírsav 8.6222 g; zsír 25.176 g; energia 555.081 kcal; energia 2320.23 kJ; koleszterin 54 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;12;) Főtt virsli Burgonyás brokkolífőzelék (tejmentes) (1;12;) Teljes kiörlésű kenyér (1;) élelmi rost 8.284 g; fehérje 21.467 g; só 2.64725 g; szénhidrát 51.945 g; telített zsírsav 4.095 g; zsír 22.502 g; energia 499.461 kcal; energia 2087.79 kJ; koleszterin 111.75 mg;	Rántott leves zsemlekocka nélkül (1;10;12;) Mustáros csirkecombfilé szelet laktózmentes (1;7;8;10;12;) Bulgur (1;) Alma élelmi rost 9.569 g; fehérje 28.015 g; só 2.3447 g; szénhidrát 57.449 g; telített zsírsav 5.919 g; zsír 25.445 g; energia 563.3 kcal; energia 2354.62 kJ; koleszterin 84.285 mg;	Daragaluska leves (1;3;9;10;12;) Sertéssült Zöldborsó főzelék laktózmentes (cukormentes) (1;7;10;12;) Korpovit keksz (1;3;6;7;8;11;12;) cukor 0.469 g; élelmi rost 12.692 g; fehérje 41.15 g; só 2.727 g; szénhidrát 52.209 g; telített zsírsav 6.512 g; zsír 27.299 g; energia 626.48 kcal; energia 2619.97 kJ; koleszterin 80.69 mg;	Fahéjas szilvaleves (1;3;5;6;7;8;10;12;) Natúr halfilé (1;4;) Párolt rizs (diab.) (12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 3.12 g; fehérje 17.694 g; só 3.808 g; szénhidrát 50.258 g; telített zsírsav 3.014 g; zsír 15.847 g; energia 421.476 kcal; energia 1761.79 kJ; koleszterin 50.64 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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek