

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)

2024.12.02 - 2024.12.08

Étkezés / Menü	Hétfő 12.02	Kedd 12.03	Szerda 12.04	Csütörtök 12.05	Péntek 12.06
ebéd / DI30	<p>Csirkemájgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Zöldfűszeres csirkecomb (1;10;12;) Párolt rizs (diab.) (12;)</p> <p>élelmi rost 2.486 g; fehérje 28.028 g; só 2.019 g; szénhidrát 34.039 g; telített zsírsav 3.343 g; zsír 19.753 g; energia 428.058 kcal; energia 1789.29 kJ; koleszterin 214.275 mg;</p>	<p>Alföldi leves (1;3;9;10;12;) Sertéssült Paradicsomos káposzta diab. (1;10;12;)</p> <p>élelmi rost 6.837 g; fehérje 27.732 g; só 2.466 g; szénhidrát 32.759 g; telített zsírsav 5.085 g; zsír 27.236 g; energia 491.514 kcal; energia 2054.51 kJ; koleszterin 68 mg;</p>	<p>Zöldséges csirkeragu (1;9;10;12;) Párolt barnarizs (diab.) (12;)</p> <p>élelmi rost 5.313 g; fehérje 25.606 g; só 1.32 g; szénhidrát 30.264 g; telített zsírsav 1.376 g; zsír 9.713 g; energia 314.774 kcal; energia 1315.75 kJ; koleszterin 54 mg;</p>	<p>Erőleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Húspogácsa (10;12;) Karfiolfőzelék (1;7;10;12;) Korpovit keksz (1;3;6;7;8;11;12;)</p> <p>cukor 0.45 g; élelmi rost 6.485 g; fehérje 22.29 g; só 2.771 g; szénhidrát 28.591 g; telített zsírsav 5.273 g; zsír 16.858 g; energia 358.291 kcal; energia 1499.07 kJ; koleszterin 65.148 mg;</p>	<p>Hamis gulyásleves (9;10;12;) Olaszos sült csirkemell (1;10;12;) Kuskusz (1;5;)</p> <p>élelmi rost 4.378 g; fehérje 25.331 g; só 1.577 g; szénhidrát 34.702 g; telített zsírsav 1.682 g; zsír 13.303 g; energia 364.16 kcal; energia 1522.18 kJ; koleszterin 48 mg;</p>

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)

2024.12.02 - 2024.12.08

Étkezés / Menü	Hétfő 12.02	Kedd 12.03	Szerda 12.04	Csütörtök 12.05	Péntek 12.06
ebéd / DI50	<p>Csirkemájgaluska leves (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Zöldfűszeres csirkecomb (1;10;12;) Párolt rizs (diab.) (12;)</p> <p>Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) élelmi rost 3.74 g; fehérje 29.711 g; só 4.669 g; szénhidrát 48.349 g; telített zsírsav 3.446 g; zsír 20.518 g; energia 499.256 kcal; energia 2086.87 kJ; koleszterin 214.275 mg;</p>	<p>Alföldi leves (1;3;9;10;12;) Sertéssült Paradicsomos káposzta diab. (1;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</p> <p>élelmi rost 9.527 g; fehérje 31.657 g; só 2.94025 g; szénhidrát 51.81 g; telített zsírsav 5.333 g; zsír 29.097 g; energia 600.998 kcal; energia 2512.18 kJ; koleszterin 68 mg;</p>	<p>Sárgarépakrémleves laktózmentes (1;7;10;12;) Zöldséges csirkeragu (1;9;10;12;) Párolt barnarizs (diab.) (12;)</p> <p>élelmi rost 8.774 g; fehérje 28.282 g; só 1.968 g; szénhidrát 49.801 g; telített zsírsav 3.951 g; zsír 17.013 g; energia 470.598 kcal; energia 1967.11 kJ; koleszterin 66.695 mg;</p>	<p>Erőleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Húspogácsa (10;12;) Karfiolfőzelék (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</p> <p>élelmi rost 8.735 g; fehérje 26.29 g; só 3.24975 g; szénhidrát 46.591 g; telített zsírsav 4.883 g; zsír 16.458 g; energia 441.991 kcal; energia 1847.59 kJ; koleszterin 65.148 mg;</p>	<p>Hamis gulyásleves (9;10;12;) Olaszos sült csirkemell (1;10;12;) Kuskusz (1;5;) Korpotit keksz (1;3;6;7;8;11;12;)</p> <p>cukor 0.45 g; élelmi rost 5.978 g; fehérje 28.295 g; só 1.833 g; szénhidrát 53.266 g; telített zsírsav 2.309 g; zsír 15.298 g; energia 471.02 kcal; energia 1970.26 kJ; koleszterin 48 mg;</p>

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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek