

# Étlap (allergén, élettani érték)



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

Páneurópa Általános Iskola -

- B - Gluténmentes (és szójamentes) (Iskola)

2024.12.02 - 2024.12.08

Étkezés / Menü	Hétfő 12.02	Kedd 12.03	Szerda 12.04	Csütörtök 12.05	Péntek 12.06
<b>egyéb ebéd / B</b>	<p>Ecetes cékla édesítőszerekkel (12;) Brokkoli leves (12;)</p> <p>Fokhagymás csirkeapró (12;) Párolt barna rizs (12;)</p> <p>élelmi rost 10.215 g; fehérje 21.928 g; hozzáadott cukor 3.996 g; só 3.16678 g; szénhidrát 83.886 g; telített zsírsav 2.078 g; zsír 14.014 g; energia 552.749 kcal; energia 2310.48 kJ; koleszterin 36 mg;</p>	<p>Fokhagymaleves (10;12;) Párolt csirkemell filé</p> <p>Sóskamártás (9;12;) Főtt burgonya, zóna (12;)</p> <p>cukor 0.191 g; élelmi rost 7.51 g; fehérje 25.869 g; hozzáadott cukor 11.189 g; só 3.309 g; szénhidrát 69.325 g; telített zsírsav 1.183 g; zsír 9.786 g; energia 477.272 kcal; energia 1995 kJ; koleszterin 42 mg;</p>	<p>Őszibarackkrémleves rizskrémmel (12;) Zöldséges-sonkás tészta (9;12;)</p> <p>cukor 0.72 g; élelmi rost 5.447 g; fehérje 19.148 g; hozzáadott cukor 31.968 g; só 3.269 g; szénhidrát 58.029 g; telített zsírsav 3.491 g; zsír 24.498 g; energia 533.277 kcal; energia 2231.66 kJ;</p>	<p>Zöldség leves (9;10;12;) Aprópecsenye (paradicsom püre nélkül) (10;12;) Almás zellerfőzelék (9;10;12;)</p> <p>cukor 0.034 g; élelmi rost 8.886 g; fehérje 18.306 g; só 2.24 g; szénhidrát 27.26 g; telített zsírsav 9.202 g; zsír 40.348 g; energia 551.731 kcal; energia 2306.24 kJ; koleszterin 54.4 mg;</p>	<p>Daragaluska leves (9;10;12;) Sült csirkecombfilé (10;12;) Sárgarépa főzelék (12;)</p> <p>cukor 0.143 g; élelmi rost 8.814 g; fehérje 20.608 g; hozzáadott cukor 3.796 g; só 2.638 g; szénhidrát 32.941 g; telített zsírsav 3.906 g; zsír 28.91 g; energia 479.361 kcal; energia 2004.07 kJ; koleszterin 58.8 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