

Étlap (allergén, élettani érték)



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

Fekete István Általános Iskola -

- HCM - Hozzáadott cukormentes (Iskola)

2025.09.08 - 2025.09.14

Étkezés / Menü	Hétfő 09.08	Kedd 09.09	Szerda 09.10	Csütörtök 09.11	Péntek 09.12
ebéd / HCM	Magyaros zöldbableves (1;10;12;) Magyaros spagetti tk. tésztából diab. (1;3;6;7;9;12;) Reszelt sajt (7;) Alma EN: 2107.9 kJ, 505.7 kcal; FH: 29.3 g; SZH: 50.9 g; ZS: 20.2 g; TZS: 5.8 g; SÓ: 3 g; CK: 20.5 g;	Csontleves (1;6;9;10;12;) Tészta levesbetét (1;3;) Sertéssült Lencsefőzelék (laktózmentes) (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 3022.6 kJ, 725.7 kcal; FH: 39.9 g; SZH: 70.9 g; ZS: 30.9 g; TZS: 6.8 g; SÓ: 2.9 g; CK: 3.4 g;	Magyaros karfiolleves (1;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;12;) Sós burgonya (12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) EN: 1942.2 kJ, 465.7 kcal; FH: 18.7 g; SZH: 33.6 g; ZS: 27.9 g; TZS: 7.3 g; SÓ: 3 g; CK: 3 g;	Fahéjas almaleves diab. (1;7;10;12;) Kukoricás csirkefalatok (12;) Párolt rizs (diab.) (12;) EN: 1615 kJ, 387.2 kcal; FH: 18.6 g; SZH: 52.1 g; ZS: 11.3 g; TZS: 2.1 g; SÓ: 1.7 g; CK: 10.7 g;	Zabgaluska leves (1;3;8;9;10;11;12;) Főtt tojás (3;) Parajfőzelék, laktózmentes tejjel (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Alma EN: 2133.5 kJ, 511.4 kcal; FH: 23.9 g; SZH: 61.1 g; ZS: 18.9 g; TZS: 4.4 g; SÓ: 2.2 g; CK: 19.2 g;

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