

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (középiskol 15-18 (reggeli, ebéd, vacsora))

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2025.03.17. - 2025.03.21.

Hétfő 2025.03.17.	Kedd 2025.03.18.	Szerda 2025.03.19.	Csütörtök 2025.03.20.	Péntek 2025.03.21.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

karfiolleves 90 Kcal A:=(Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,) 375 Kj	májgaluska leves 41 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár,) 170 Kj	magyaros burgonyaleves 130 Kcal A:=(Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,Kén- 543 Kj	fahéjas almaleves 163 Kcal A:=(Glutén,Tej,) 682 Kj	frankfurtil leves 174 Kcal A:=(Glutén,Tej,Zeller,Kén- 729 Kj
sertéspörkölt 354 Kcal A:=(Zeller,Kén- 1481 Kj	carbonara 1314 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,) 5494 Kj	csirke gyros salátával, öntettel 351 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár,) 1468 Kj	párizsi pulykamellfilé 573 Kcal A:=(Tej,Glutén,Tojás,) 2394 Kj	meggyesnúdli mákbundában 953 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,Földimogyoró,) 3983 Kj
tarhonya 335 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár,) 1401 Kj		párolt rizs 382 Kcal A:=(1596 Kj	burgonyapüré 370 Kcal A:=(Tej,) 1546 Kj	
			őszibarack befőtt 71 Kcal A:=(296 Kj	

Energia	3256,4 Kj	5663,7 Kj	3606,4 Kj	4917,2 Kj	4711,6 Kj
Energia	779,0 Kcal	1355,0 Kcal	862,8 Kcal	1176,4 Kcal	1127,2 Kcal
Zsír	33,460 g	65,966 g	24,956 g	75,635 g	47,932 g
Fehérje	35,137 g	45,118 g	58,420 g	43,546 g	29,326 g
Szénhidrát	86,850 g	122,901 g	102,260 g	118,160 g	142,102 g
Só	2,945 g	6,409 g	2,952 g	3,061 g	5,449 g
Cukor	2,212 g	23,736 g	5,689 g	54,751 g	31,248 g
Koleszterin	81,416 g	53,500 g	72,880 g	106,000 g	4,000 g
Telített zsír	9,007 g	21,274 g	17,741 g	8,855 g	11,567 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g