

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha
6400 Kiskunhalas

2023.04.17. - 2023.04.21.

Hétfő 2023.04.17.	Kedd 2023.04.18.	Szerda 2023.04.19.	Csütörtök 2023.04.20.	Péntek 2023.04.21.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

pórékrémleves 136 Kcal A:=(Zeller, Tej, Glutén, Tojás, Mustár,) 570 Kj	tarhonya leves 95 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Zeller, Kén- 398 Kj	paradicsom leves 142 Kcal A:=(Glutén, Zeller, Tojás, Tej, Mustár,) 596 Kj	lebbencs leves 112 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár,) 468 Kj	sárgaborsógulyás-lecsókolbásszal 356 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Kén- 1487 Kj
levesgyöngy 0 Kcal A:=(0 Kj	zöldborsó főzelék 367 Kcal A:=(Glutén, Tej,) 1536 Kj	rántott csirkemellfilé 359 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dióféle 1499 Kj	csirke gyros salátával, öntettel 649 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 2711 Kj	diós guba 903 Kcal A:=(Glutén, Tej, Tojás, Szójabab, Dióféle 3776 Kj
bakonyi sertéstokány 369 Kcal A:=(Tej, Glutén, Zeller, Kén-dioxid,) 1544 Kj	sült virsli 706 Kcal A:=(2950 Kj	petrezselymes burgonya 335 Kcal A:=(1398 Kj	párolt rizs 382 Kcal A:=(1596 Kj	vaníliásodó 431 Kcal A:=(Tej,) 1801 Kj
főtt tészta 435 Kcal A:=(Glutén, Tojás,) 1817 Kj	fehér kenyér szeletelt 126 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dióféle 528 Kj	őszibarack befőtt 71 Kcal A:=(296 Kj		

Energia	3931,3 Kj	5411,4 Kj	3788,6 Kj	4774,8 Kj	7064,6 Kj
Energia	940,5 Kcal	1294,6 Kcal	906,4 Kcal	1142,3 Kcal	1690,1 Kcal
Zsír	44,952 g	78,822 g	21,823 g	21,080 g	60,076 g
Fehérje	39,409 g	44,503 g	61,939 g	54,642 g	47,130 g
Szénhidrát	99,527 g	103,147 g	115,535 g	288,692 g	195,984 g
Só	4,282 g	7,035 g	3,616 g	2,846 g	2,678 g
Cukor	4,108 g	30,558 g	35,356 g	25,071 g	90,381 g
Koleszterin	75,336 g	0,000 g	71,952 g	72,880 g	50,000 g
Telített zsír	14,135 g	19,432 g	0,893 g	24,160 g	13,091 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g