

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2024.04.29. - 2024.05.03.

Hétfő 2024.04.29.	Kedd 2024.04.30.	Szerda 2024.05.01.	Csütörtök 2024.05.02.	Péntek 2024.05.03.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

betyárleves 115 Kcal A:=(Zeller, Tojás, Glutén, Tej, Mustár, Kén- 480 Kj	paraszttészta leves 96 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Kén- 403 Kj		fahéjas almaleves 163 Kcal A:=(Glutén, Tej,) 682 Kj	marha gulyásleves 178 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Kén- 743 Kj
tejbegríz 742 Kcal A:=(Glutén, Tej,) 3102 Kj	tökfőzelék 164 Kcal A:=(Tej, Glutén,) 687 Kj		sajtsósósos halszelet 30 Kcal A:=(Halak, Glutén, Tej,) 126 Kj	meggyesnúdli mákbundában 953 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró,) 3983 Kj
szórat kakaó-fahéj 82 Kcal A:=(343 Kj	csirkepörkölt 280 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Ké 1172 Kj		rizi-bizi 381 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 1591 Kj	
	fehér kenyér szeletelt 126 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélé 528 Kj			

Energia	3925,2 Kj	2789,9 Kj	0,0 Kj	2398,4 Kj	4725,8 Kj
Energia	939,0 Kcal	667,4 Kcal	0,0 Kcal	573,8 Kcal	1130,6 Kcal
Zsír	18,200 g	24,163 g	0,000 g	19,626 g	40,421 g
Fehérje	29,851 g	52,306 g	0,000 g	25,037 g	35,915 g
Szénhidrát	109,495 g	76,151 g	0,000 g	140,233 g	150,937 g
Só	1,698 g	4,396 g	0,000 g	2,775 g	4,852 g
Cukor	75,603 g	5,269 g	0,000 g	37,053 g	31,474 g
Koleszterin	42,860 g	79,509 g	0,000 g	6,000 g	35,513 g
Telített zsír	9,447 g	6,008 g	0,000 g	1,149 g	7,748 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g