

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2023.03.13. - 2023.03.17.

<i>Hétfő</i> 2023.03.13.	<i>Kedd</i> 2023.03.14.	<i>Szerda</i> 2023.03.15.	<i>Csütörtök</i> 2023.03.16.	<i>Péntek</i> 2023.03.17.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

1 Reggeli

eperlekvár 158 Kcal A:=(660 Kj	kakaós csiga 396 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Diófélé 1654 Kj		marha párizsi 154 Kcal A:=(643 Kj	sajtrémes rúd 544 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélé 2274 Kj
zsemlevekni 222 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélé 927 Kj	tejeskávé 314 Kcal A:=(Tej, Glutén,) 1312 Kj		vajkrém natúr 128 Kcal A:=(Tej,) 536 Kj	vaníliás tej 320 Kcal A:=(Tej,) 1338 Kj
gyümölcs tea - koll. 31 Kcal A:=(129 Kj			teljeskiőrlésű búzakenyér 237 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélé 990 Kj	
			tv.paprika 9 Kcal A:=(38 Kj	
			kakaó 306 Kcal A:=(Tej,) 1277 Kj	

Energia	1715,7 Kj	2966,0 Kj	0,0 Kj	3483,8 Kj	3611,6 Kj
Energia	410,5 Kcal	709,6 Kcal	0,0 Kcal	833,4 Kcal	864,0 Kcal
Zsír	0,684 g	26,550 g	0,000 g	33,708 g	39,464 g
Fehérje	6,694 g	11,723 g	0,000 g	23,904 g	14,592 g
Szénhidrát	91,102 g	78,515 g	0,000 g	80,086 g	85,400 g
Só	0,601 g	0,524 g	0,000 g	2,960 g	1,032 g
Cukor	43,914 g	47,178 g	0,000 g	31,808 g	33,900 g
Koleszterin	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g
Telített zsír	0,180 g	14,050 g	0,000 g	18,552 g	20,540 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha
6400 Kiskunhalas

2023.03.13. - 2023.03.17.

Hétfő 2023.03.13.	Kedd 2023.03.14.	Szerda 2023.03.15.	Csütörtök 2023.03.16.	Péntek 2023.03.17.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

jókai bableves-lecsókolbásszal 290 Kcal A:=(Tej, Zeller, Glutén, Tojás, Mustár, Kén- 1211 Kj	vegyes gyümölcsleves 221 Kcal A:=(Glutén,) 922 Kj		karfiolleves 90 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár,) 375 Kj	erőleves 44 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Szój 185 Kj
grízestészta-baracklekvár 668 Kcal A:=(Glutén, Tojás,) 2794 Kj	rántott harcsa 351 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélé 1467 Kj		tavaszi csirkerizottó 592 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 2474 Kj	vadas sertésszelet 286 Kcal A:=(Mustár, Zeller, Tej, Glutén, Tojás,) 1195 Kj
	petrezselymes burgonya 335 Kcal A:=(1398 Kj		káposzta saláta 78 Kcal A:=(326 Kj	főtt tészta 435 Kcal A:=(Glutén, Tojás,) 1817 Kj

Energia	4004,2 Kj	3787,1 Kj	0,0 Kj	3174,9 Kj	3196,9 Kj
Energia	957,9 Kcal	906,0 Kcal	0,0 Kcal	759,5 Kcal	764,8 Kcal
Zsír	29,219 g	29,481 g	0,000 g	14,874 g	22,535 g
Fehérje	27,891 g	41,379 g	0,000 g	36,380 g	41,113 g
Szénhidrát	145,485 g	121,004 g	0,000 g	120,058 g	105,048 g
Só	2,251 g	3,564 g	0,000 g	4,550 g	3,419 g
Cukor	40,533 g	47,560 g	0,000 g	13,321 g	7,623 g
Koleszterin	44,000 g	100,000 g	0,000 g	40,462 g	4,800 g
Telített zsír	7,847 g	2,649 g	0,000 g	1,532 g	6,172 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2023.03.13. - 2023.03.17.

<i>Hétfő</i> 2023.03.13.	<i>Kedd</i> 2023.03.14.	<i>Szerda</i> 2023.03.15.	<i>Csütörtök</i> 2023.03.16.	<i>Péntek</i> 2023.03.17.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

5 Vacsora

bakonyi sertéstokány 369 Kcal 1544 Kj A:=(Tej,Glutén,Zeller,Kén-dioxid,)			paraszt vacsora 734 Kcal 3066 Kj A:=(Tojás,Glutén,Szójabab,Tej,Dióféle)	
főtt tészta 435 Kcal 1817 Kj A:=(Glutén,Tojás,)			margarin-joghurtos 124 Kcal 518 Kj A:=(Tej,)	
gyümölcs tea - koll. 31 Kcal 129 Kj A:=()			gyümölcs tea - koll. 31 Kcal 129 Kj A:=()	

Energia	3489,9 Kj	0,0 Kj	0,0 Kj	3712,9 Kj	0,0 Kj
Energia	834,9 Kcal	0,0 Kcal	0,0 Kcal	888,3 Kcal	0,0 Kcal
Zsír	36,817 g	0,000 g	0,000 g	39,432 g	0,000 g
Fehérje	33,671 g	0,000 g	0,000 g	31,579 g	0,000 g
Szénhidrát	94,724 g	0,000 g	0,000 g	100,377 g	0,000 g
Só	3,511 g	0,000 g	0,000 g	3,564 g	0,000 g
Cukor	8,997 g	0,000 g	0,000 g	7,254 g	0,000 g
Koleszterin	75,336 g	0,000 g	0,000 g	500,000 g	0,000 g
Telített zsír	10,519 g	0,000 g	0,000 g	6,850 g	0,000 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g