

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha
6400 Kiskunhalas

2022.04.11. - 2022.04.15.

Hétfő 2022.04.11.	Kedd 2022.04.12.	Szerda 2022.04.13.	Csütörtök 2022.04.14.	Péntek 2022.04.15.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

jakabgulyás - marhahússal 188 Kcal A:=(Tej,Zeller,Glutén,Tojás,Kén- 787 Kj	lebbencs leves 119 Kcal A:=(Zeller,Kén- 498 Kj	zöldborsó leves 100 Kcal A:=(Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) 417 Kj		
káposztás tészta 578 Kcal A:=(Glutén,Tojás.) 2417 Kj	ananászos csirkemellfilé 276 Kcal A:=(Tej.) 1154 Kj	paradicsomoskáposzta főzelék 233 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) 972 Kj		
	párolt rizs 382 Kcal A:=(1596 Kj	sült tarja 516 Kcal A:=(2155 Kj		

Energia	3204,1 Kj	3247,1 Kj	3544,4 Kj	0,0 Kj	0,0 Kj
Energia	766,5 Kcal	776,8 Kcal	847,9 Kcal	0,0 Kcal	0,0 Kcal
Zsír	16,216 g	23,072 g	52,844 g	0,000 g	0,000 g
Fehérje	30,275 g	44,218 g	38,065 g	0,000 g	0,000 g
Szénhidrát	121,798 g	94,757 g	52,703 g	0,000 g	0,000 g
Só	2,799 g	4,375 g	4,269 g	0,000 g	0,000 g
Cukor	28,044 g	5,959 g	26,762 g	0,000 g	0,000 g
Koleszterin	45,130 g	58,571 g	140,832 g	0,000 g	0,000 g
Telített zsír	3,347 g	3,582 g	14,028 g	0,000 g	0,000 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g