

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha  
6400 Kiskunhalas

2022.04.25. - 2022.04.29.

<b>Hétfő</b> 2022.04.25.	<b>Kedd</b> 2022.04.26.	<b>Szerda</b> 2022.04.27.	<b>Csütörtök</b> 2022.04.28.	<b>Péntek</b> 2022.04.29.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

## 3 Ebéd

sárgaborsógulyás-sertéshússal 289 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Kén- 1209 Kj	tejfölös gombaleves 121 Kcal A:=(Glutén, Zeller, Tej, Tojás,) 507 Kj	magyaros karfiolleves 85 Kcal A:=(Zeller, Tej, Glutén, Tojás,) 357 Kj	őszibarack krémleves 117 Kcal A:=(Tej, Glutén,) 488 Kj	marha gulyásleves 179 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Kén- 747 Kj
tejbegríz 412 Kcal A:=(Glutén, Tej,) 1724 Kj	sertéspörkölt 363 Kcal A:=(Zeller, Kén- 1517 Kj	tavaszi csirkerizzottó 594 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 2481 Kj	sült harcsafilé 362 Kcal A:=(Glutén,) 1513 Kj	aranygaluska Royal 627 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Diófélék, Szójába 2621 Kj
szórat kakaó-fahéj 84 Kcal A:=( 349 Kj	főtt tészta 435 Kcal A:=(Glutén, Tojás,) 1817 Kj	cékla saláta üveges 37 Kcal A:=( 153 Kj	petrezselymes burgonya 335 Kcal A:=( 1398 Kj	vaníliásodó 225 Kcal A:=(Tej,) 940 Kj
	csemege uborka 14 Kcal A:=( 59 Kj			

Energia	3282,8 Kj	3900,9 Kj	2991,3 Kj	3399,2 Kj	4308,0 Kj
Energia	785,4 Kcal	933,2 Kcal	715,6 Kcal	813,2 Kcal	1030,6 Kcal
Zsír	25,701 g	42,562 g	16,520 g	28,775 g	27,949 g
Fehérje	33,474 g	38,307 g	36,861 g	48,047 g	38,037 g
Szénhidrát	102,409 g	98,300 g	102,411 g	84,524 g	150,693 g
Só	2,873 g	7,096 g	3,024 g	2,666 g	3,416 g
Cukor	47,897 g	2,208 g	3,506 g	22,240 g	60,042 g
Koleszterin	72,062 g	87,216 g	46,622 g	4,500 g	60,513 g
Telített zsír	5,104 g	10,357 g	2,773 g	3,722 g	6,039 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g