

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2022.05.09. - 2022.05.13.

Hétfő 2022.05.09.	Kedd 2022.05.10.	Szerda 2022.05.11.	Csütörtök 2022.05.12.	Péntek 2022.05.13.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

karalábé leves 53 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár,) 223 Kj	paradicsom leves 142 Kcal A:=(Glutén, Zeller, Tojás, Tej, Mustár,) 596 Kj	magyaros kariolleves 85 Kcal A:=(Zeller, Tej, Glutén, Tojás,) 357 Kj	fahéjas almaleves 163 Kcal A:=(Glutén, Tej,) 682 Kj	sertés raguleves 175 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár,) 731 Kj
húsos-spenótos penne 731 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 3055 Kj	páztortarhonya-sertéshússal 699 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Ké 2922 Kj	párizsi pulykamellfilé 573 Kcal A:=(Tojás, Glutén, Tej,) 2394 Kj	paprikásburgonya-lecsókolbásszal - 661 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Kén- 2761 Kj	túrós linzer 1212 Kcal A:=(Glutén, Tej, Tojás,) 5065 Kj
	vegyes savanyúság 17 Kcal A:=(70 Kj	rizi-bizi 381 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 1591 Kj	csemege uborka 14 Kcal A:=(59 Kj	
		őszibarack befőtt 38 Kcal A:=(158 Kj		

Energia	3277,7 Kj	3587,2 Kj	4500,4 Kj	3502,2 Kj	5795,6 Kj
Energia	784,1 Kcal	858,2 Kcal	1076,6 Kcal	837,9 Kcal	1386,5 Kcal
Zsír	39,036 g	33,904 g	71,047 g	34,983 g	73,951 g
Fehérje	33,745 g	33,374 g	45,926 g	28,816 g	59,150 g
Szénhidrát	79,212 g	106,113 g	109,203 g	119,629 g	182,609 g
Só	5,386 g	2,124 g	3,011 g	7,321 g	1,948 g
Cukor	6,589 g	20,767 g	15,888 g	33,779 g	65,250 g
Koleszterin	83,891 g	68,891 g	106,160 g	86,000 g	206,114 g
Telített zsír	10,220 g	9,569 g	3,156 g	13,167 g	35,134 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g