

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2024.05.27. - 2024.05.31.

Hétfő 2024.05.27.	Kedd 2024.05.28.	Szerda 2024.05.29.	Csütörtök 2024.05.30.	Péntek 2024.05.31.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

tejfölös gombaleves 101 Kcal A:=(Glutén, Zeller, Tej, Tojás,) 422 Kj	csirkeraguleves 159 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Zeller, Tej, Mustár,) 665 Kj	brokkoli krémleves 79 Kcal A:=(Tej, Glutén, Tojás, Zeller, Mustár,) 331 Kj	karfiolleves 90 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tojás, Tej, Mustár,) 375 Kj	lencsegulyás-sertéshússal 331 Kcal A:=(Zeller, Kén- 1384 Kj
temesvári sertéstokány 382 Kcal A:=(Tej, Glutén, Zeller, Kén- 1597 Kj	paradicsomoskáposzta főzelék 211 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 883 Kj	levesgyöngy 0 Kcal A:=(0 Kj	bácskai rizseshús 682 Kcal A:=(Zeller, Kén-dioxid,) 2849 Kj	mogyorókrémes minigombóc 130 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélé 542 Kj
tarhonya 335 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) 1401 Kj	sült tarja 516 Kcal A:=(2155 Kj	óvári csirkemellfilé 426 Kcal A:=(Tej, Glutén, Tojás, Zeller, Mustár,) 1782 Kj	vitaminsaláta 86 Kcal A:=(359 Kj	
	fehér kenyér szeletelt 126 Kcal A:=(Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélé 528 Kj	burgonyapüré 370 Kcal A:=(Tej,) 1546 Kj		
		narancs 41 Kcal A:=(171 Kj		

Energia	3419,0 Kj	4231,3 Kj	3829,5 Kj	3583,0 Kj	1926,3 Kj
Energia	817,9 Kcal	1012,3 Kcal	916,1 Kcal	857,2 Kcal	460,8 Kcal
Zsír	40,109 g	57,476 g	36,546 g	34,784 g	19,122 g
Fehérje	34,301 g	52,294 g	66,627 g	28,359 g	22,807 g
Szénhidrát	87,597 g	76,507 g	70,636 g	107,122 g	48,189 g
Só	4,555 g	2,856 g	3,711 g	4,065 g	3,578 g
Cukor	3,871 g	23,834 g	6,858 g	13,413 g	6,513 g
Koleszterin	84,691 g	165,212 g	88,016 g	70,536 g	37,577 g
Telített zsír	13,707 g	14,876 g	9,656 g	7,364 g	4,039 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g