

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2024.11.11. - 2024.11.15.

Hétfő 2024.11.11.	Kedd 2024.11.12.	Szerda 2024.11.13.	Csütörtök 2024.11.14.	Péntek 2024.11.15.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

brokkoli krémleves 79 Kcal A:=(Tej,Glutén,Tojás,Zeller,Mustár,) 331 Kj	lebbencs leves 112 Kcal A:=(Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,) 468 Kj	fahéjas szilvaleves 161 Kcal A:=(Tej,) 675 Kj	kiskocka leves 94 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Zeller,Tej,Mustár,Kén- 393 Kj	lencsegulyás-lecsókolbásszal 419 Kcal A:=(Zeller,Kén- 1753 Kj
levesgyöngy 0 Kcal A:=(0 Kj	zöldborsó főzelék 367 Kcal A:=(Glutén,Tej,) 1536 Kj	sült csirkecomb 257 Kcal A:=(1074 Kj	dubarry sertésszelet 575 Kcal A:=(Glutén,Tej,Diófélék,Tojás,Zeller,Mu 2405 Kj	kakaós keltkalács 460 Kcal A:=(Tej,Tojás,Glutén,) 1921 Kj
bakonyi sertéstokány 365 Kcal A:=(Tej,Glutén,) 1526 Kj	párizsi pulykamellfilé 573 Kcal A:=(Glutén,Tej,Tojás,) 2394 Kj	párolt rizs 382 Kcal A:=(1596 Kj	burgonyapüré 370 Kcal A:=(Tej,) 1546 Kj	
főtt tészta 435 Kcal A:=(Glutén,Tojás,) 1817 Kj	fehér kenyér szeletelt 126 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélé 528 Kj	cékla-almasaláta 265 Kcal A:=(Mustár,Tej,Tojás,) 1109 Kj		

Energia	3674,1 Kj	4925,7 Kj	4453,7 Kj	4344,0 Kj	3673,9 Kj
Energia	879,0 Kcal	1178,4 Kcal	1065,5 Kcal	1039,2 Kcal	878,9 Kcal
Zsír	40,839 g	70,648 g	45,641 g	54,153 g	36,025 g
Fehérje	37,185 g	60,021 g	47,703 g	53,281 g	42,370 g
Szénhidrát	96,077 g	121,001 g	116,580 g	82,857 g	193,501 g
Só	3,339 g	4,752 g	4,437 g	3,983 g	2,050 g
Cukor	2,588 g	32,730 g	34,122 g	10,831 g	62,923 g
Koleszterin	79,336 g	100,000 g	81,796 g	42,800 g	135,000 g
Telített zsír	11,795 g	2,939 g	8,753 g	20,390 g	16,391 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g