

A változtatás jogát fenntartjuk.

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

Bajza utcai Főző és tálalókonyha

6400 Kiskunhalas

2024.02.05. - 2024.02.09.

Hétfő 2024.02.05.	Kedd 2024.02.06.	Szerda 2024.02.07.	Csütörtök 2024.02.08.	Péntek 2024.02.09.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

karfiolleves 90 Kcal A:=(Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,) 375 Kj	paraszttészta leves 96 Kcal A:=(Zeller,Glutén,Tojás,Kén- 403 Kj	májgaluska leves 144 Kcal A:=(Zeller,Tojás,Glutén,Tej,Mustár,Szój 601 Kj	nyírségi gombóclevés 258 Kcal A:=(Glutén,Szójabab,Tej,Zeller,Kén- 1077 Kj	sárgaborsógulyás-sertéshússal 289 Kcal A:=(Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,Kén- 1206 Kj
vadas sertésszelet 286 Kcal A:=(Mustár,Zeller,Tej,Glutén,Tojás,) 1195 Kj	tökfőzelék 164 Kcal A:=(Tej,Glutén,) 687 Kj	sült tarja 516 Kcal A:=(2155 Kj	olaszos sültcsirkecomb 483 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár,) 2020 Kj	fánk lekvárral 1345 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,) 5622 Kj
főtt tészta 435 Kcal A:=(Glutén,Tojás,) 1817 Kj	sült csirkecomb 257 Kcal A:=(1074 Kj	rizi-bizi 381 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár,) 1591 Kj	burgonyapüré 370 Kcal A:=(Tej,) 1546 Kj	
	fehér kenyér szeletelt 126 Kcal A:=(Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélé 528 Kj	őszibarack befőtt 71 Kcal A:=(296 Kj		

Energia	3386,4 Kj	2692,6 Kj	4643,0 Kj	4642,9 Kj	6828,8 Kj
Energia	810,2 Kcal	644,2 Kcal	1110,8 Kcal	1110,7 Kcal	1633,7 Kcal
Zsír	24,673 g	23,965 g	54,757 g	45,728 g	128,336 g
Fehérje	42,603 g	50,719 g	48,752 g	47,789 g	35,077 g
Szénhidrát	109,940 g	70,144 g	105,466 g	103,516 g	169,546 g
Só	3,877 g	3,652 g	2,766 g	4,182 g	2,597 g
Cukor	7,414 g	4,548 g	19,102 g	12,828 g	56,871 g
Koleszterin	4,800 g	79,304 g	383,543 g	71,668 g	132,062 g
Telített zsír	6,166 g	5,966 g	14,761 g	14,380 g	5,591 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g