

Étlap

normál

2024.02.19. - 2024.02.25.



Nyomtatás: 2024.02.14. 13:17

Nyomtatta: Posztosné Pribék
Tünde

Kápolnásnyéki Vörösmarty Mihály Ált. Isk. és Gimn. - Felső

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

02.19

Kakaó
kuglóf

Legényfogóleves
sertéshúsból
Dejós szórás
Metélt főtt tészta
Alma

Sertéspárizsi
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Kedd

02.20

Gyümölcs tea
Házi citromos halkrém
Kenyér félbarna szeletelt

Kukoricagaluska leves
Sertésvagdalt
Paradicsomos káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Sajtszelet
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Zöldpaprika

Szerda

02.21

Forralt tej
Vajas kifli
Delma margarin

Eresztett tojás leves
Édes-savanyú csirkeragu
Kuskusz*

Zala felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Lilahagyma

Csütörtök

02.22

Péntek

02.23



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Étlap (allergén, ételtani érték)

Üzem: 0067
2475 Kápolnásnyék, Gárdonyi G. utca 29.
Telefon: 06308369928 Fax: -

- Kápolnásnyéki Vörösmarty Mihály Ált. Isk. és Gimn. - Felső (Iskola)

2024.02.19. - 2024.02.25.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.19	Kedd 02.20	Szerda 02.21	Csütörtök 02.22	Péntek 02.23
tízórai / A	Kakaó (1;5;6;7;8); kuglóf (1;3;6;7;) élelmi rost 3,0559 g; fehérje 12,1045 g; hozzáadott cukor 12,987 g; só 0,290525 g; szénhidrát 47,7745 g; telített zsírsav 3,9134 g; zsír 7,6835 g; energia 310,076 kcal; energia 1296,41 kJ; koleszterin 36,65 mg;	Gyümölcs tea (12); Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;8;9;10;12); Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3,064 g; fehérje 9,836 g; hozzáadott cukor 8,026 g; só 1,935 g; szénhidrát 40,83 g; telített zsírsav 2,547 g; zsír 6,442 g; energia 280,495 kcal; energia 1172,48 kJ; koleszterin 16,968 mg;	Forralt tej (7); Vajás kifli (1;3;5;6;7;8;11); Delma margarin (7;) élelmi rost 1,22715 g; fehérje 13,9865 g; só 1,23325 g; szénhidrát 33,877 g; telített zsírsav 4,2751 g; zsír 9,453 g; energia 275,405 kcal; energia 1151,55 kJ; koleszterin 20,1 mg;		
ebéd / A	Legyőfőgleves sertéshúsból (1;3;7;9;10;12); Dejős szórás (1;5;8;11); Metélt főtt tészta (1;3); Alma élelmi rost 10,566 g; fehérje 26,057 g; hozzáadott cukor 20,996 g; só 1,5717 g; szénhidrát 94,877 g; telített zsírsav 6,971 g; zsír 29,029 g; energia 750,836 kcal; energia 3138,49 kJ; koleszterin 129,255 mg;	Kukoricagaluska leves (3;5;8;9;10;11;12); Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12); Paradicsomos káposzta (1;10;12); Tejles kiörlesű kenyér (1); Tejles kiörlesű kenyér (1); cukor 0,046 g; élelmi rost 10,826 g; fehérje 24,236 g; hozzáadott cukor 9,605 g; só 3,656 g; szénhidrát 87,434 g; telített zsírsav 5,951 g; zsír 25,238 g; energia 678,862 kcal; energia 2837,68 kJ; koleszterin 86,1 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12); Édes-savanyú csirkeragu (1;5;6;7;8;9;10;11;12); Kuszkusz* (1;3;5;6;7;9;10;12;13); élelmi rost 4,165 g; fehérje 22,723 g; hozzáadott cukor 2,003 g; só 2,492 g; szénhidrát 54,505 g; telített zsírsav 2,741 g; zsír 18,12 g; energia 478,557 kcal; energia 2000,39 kJ; koleszterin 103,64 mg;		
uzsonna / A	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3,334 g; fehérje 11,82 g; só 1,7866 g; szénhidrát 32,34 g; telített zsírsav 4,7025 g; zsír 9,78 g; energia 265,925 kcal; energia 1111,57 kJ; koleszterin 20,2 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3,334 g; fehérje 11,82 g; só 1,7866 g; szénhidrát 32,34 g; telített zsírsav 4,7025 g; zsír 9,78 g; energia 265,925 kcal; energia 1111,57 kJ; koleszterin 20,2 mg;	Zala felvágott (9;10); Delma margarin (7;) Tejles kiörlesű kenyér (1;) Lilahagyma (12); élelmi rost 4,33 g; fehérje 9,56 g; só 1,305 g; szénhidrát 31,76 g; telített zsírsav 2,5863 g; zsír 8,58 g; energia 243,825 kcal; energia 1019,25 kJ; koleszterin 15,2 mg;		

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Ráktélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek