

Étlap

normál

2024.11.11. - 2024.11.17.



Nyomtatás: 2024.11.06. 13:36

Nyomtatta: Posztosné Pribék
Tünde

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

11.11

Citromos tea
Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér

Húsgaluskaleves
Tejbedara
Fahéjszórás
Alma

Libazsír
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Lilahagyma

Kedd

11.12

Karamellás tej
Molnárika

Reszelttésztaleves
Füstölthús kockák
Szárabb főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Gépsonka
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Kígyóborka

Szerda

11.13

Gyümölcs tea
Snidlinges túrókrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Csontleves tésztával
Rántott panírozott halrúd
Petrezselymes burgonya
Tartármártás

Sertés párizsi
Delma margarin
Zsemle

Csütörtök

11.14

Citromos tea
Főtt tojás
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Eszterházy krémleves
Zsemlekocka
Zöldfűszeres sertésragu
Petrezselymes pároltrisz
Csemege uborka édesítő
szerekkel

Sajtszelet
Delma margarin
Teljes kiőrlésű zsemle
Zöldpaprika

Péntek

11.15

Tej
Vajkrém ízesített
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Zöldséges burgonyaleves
Tejfölös túró
Metélt tészta
Porcukor

Sajtos rúd

Étlap (allergén, élettani érték)

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

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

2024.11.11. - 2024.11.17.

Étkezés / Menü	Hétfő 11.11	Kedd 11.12	Szerda 11.13	Csütörtök 11.14	Péntek 11.15
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Tejles kiőrlésű kenyér (1;)	Karamellás tej (1;7;) Molnárka (1;3;6;7;)	Gyümölcs tea (12;) Snidlinges túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Tejles kiőrlésű kenyér (1;)	Citromos tea (1;12;) Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;)	Tej (7;) Vajkrém ízesített (7;) Tejles kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek
ebéd / A	Hűsgaluskaleves (1;3;9;12;) Tejbedara (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) Alma	Reszeltésztales (1;3;9;12;) Füstöltlúth kockák (6;7;9;10;) Szárzabab főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Tejles kiőrlésű kenyér (1;)	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Rántott panírozott halrúd (1;3;4;5;6;7;8;9;10;11;14;) Petrezselymes burgonya (12;) Tartármártás (3;7;8;10;12;)	Észterházy krémleves (1;3;6;7;8;9;10;12;13;) Zsemlekocka (1;6;7;) Zöldfűszeres sentésragu (1;8;10;12;) Petrezselymes párolt rizs (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;)	Zöldes burgonyaleves (1;9;10;12;) Tefjőlés túró (7;) Metélt tészta (1;3;) Porcukor
uzsonna / A	Libazsír (7;) Delma margarin (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;)	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) Kigyóuborka (12;)	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle (1;6;7;)	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Tejles kiőrlésű zsemle (1;6;) Zöldpaprika	élelmi rost 5,863 g; fehérje 18,838 g; hozzáadott cukor 19,98 g; só 1,36215 g; szénhidrát 96,005 g; telített zsírsav 6,16 g; zsir 27,128 g; energia 706,297 kcal; energia 2960,65 kJ; koleszterin 21,72 mg; Sajtos rúd (1;3;5;6;7;8;)
	élelmi rost 3,938 g; fehérje 10,956 g; hozzáadott cukor 8,991 g; só 1,5255 g; szénhidrát 39,455 g; telített zsírsav 3,9792 g; zsir 9,416 g; energia 288,401 kcal; energia 1205,58 kJ; koleszterin 67,2 mg; élelmi rost 1,562 g; fehérje 14,0891 g; hozzáadott cukor 9,4406 g; só 0,949271 g; szénhidrát 50,0811 g; telített zsírsav 4,0914 g; zsir 6,7433 g; energia 336,896 kcal; energia 1408,55 kJ; koleszterin 45,775 mg; élelmi rost 3,834 g; fehérje 9,143 g; hozzáadott cukor 8,054 g; só 1,0925 g; szénhidrát 40,205 g; telített zsírsav 1,48 g; zsir 3,506 g; energia 230,46 kcal; energia 963,464 kJ; koleszterin 5,25 mg; élelmi rost 3,158 g; fehérje 10,216 g; hozzáadott cukor 8,991 g; só 1,408 g; szénhidrát 41,025 g; telített zsírsav 2,0633 g; zsir 7,726 g; energia 276,471 kcal; energia 1155,64 kJ; koleszterin 135,2 mg; élelmi rost 6,11885 g; fehérje 11,2801 g; só 1,14179 g; szénhidrát 25,2356 g; telített zsírsav 4,595 g; zsir 9,9541 g; energia 236,777 kcal; energia 989,729 kJ; zsir 6,9 g; energia 169,5 kcal; energia 711 kJ; koleszterin 20,2 mg; élelmi rost 1,515 g; fehérje 7,24 g; só 1,3425 g; szénhidrát 28,58 g; telített zsírsav 2,45124 g; zsir 7,49 g; energia 211,699 kcal; energia 884,898 kJ; koleszterin 15,2 mg; élelmi rost 5,425 g; fehérje 22,078 g; hozzáadott cukor 0,599 g; só 3,595 g; szénhidrát 79,065 g; telített zsírsav 9,427 g; zsir 32,251 g; energia 698,721 kcal; energia 2920,63 kJ; koleszterin 59,76 mg; élelmi rost 0,7 g; élelmi rost 8,258 g; fehérje 22,416 g; hozzáadott cukor 1,576 g; só 3,723 g; szénhidrát 79,593 g; telített zsírsav 6,81 g; zsir 37,839 g; energia 756,603 kcal; energia 3162,66 kJ; koleszterin 30,864 mg; élelmi rost 19,961 g; fehérje 20,735 g; hozzáadott cukor 0,974 g; só 4,71 g; szénhidrát 70,541 g; telített zsírsav 3,547 g; zsir 13,676 g; energia 490,872 kcal; energia 2051,88 kJ; koleszterin 14,4 mg; élelmi rost 6,865 g; fehérje 17,5 g; hozzáadott cukor 27,989 g; só 1,0197 g; szénhidrát 77,439 g; telített zsírsav 5,574 g; zsir 17,184 g; energia 539,672 kcal; energia 2256,13 kJ; koleszterin 35,772 mg; élelmi rost 3,55 g; fehérje 6,33 g; só 1,30475 g; szénhidrát 33,08 g; telített zsírsav 4,14194 g; zsir 14,02 g; energia 285,276 kcal; energia 1192,46 kJ; koleszterin 10,9 mg; élelmi rost 3,126 g; fehérje 10,76 g; só 1,529 g; szénhidrát 31,84 g; telített zsírsav 1,6163 g; zsir 5,54 g; energia 221,315 kcal; energia 925,092 kJ; koleszterin 17,2 mg;				

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkélek; 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 - Csilagfürt; 14 - Puhatestűek