



Barati Istvánné

5000 Szolnok

Tiszaparti sétány 4.

ÉTLAP

2024. 13. hét (2024.03.25. - 2024.03.31.)

Középiskolai

Korcsoport: 15 - 18 év

IKR Élelmezési program [V: 4.1.9.18] © Info-Set Kft.

2024.03.20. 6:23

1. / 1. oldal

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
---------	-------	------	--------	-----------	--------

Ebéd - A

Tárkonyos ragú leves +
zeller, mustár, szója, glutén, tejféle

Burgonyás tészta +
glutén, tojás

Csemege uborka +
szulfítok

Tejszínes almaleves
tejféle, glutén

Sült csirkecomb +

Rizi-bizi
zeller

Káposzta saláta +

Almalé

Bácskai rizseshús

Vegyes vágott savanyúság
szulfítok

Összetevők:	En: 1268,7 kcal	Zs: 26,1 g	En: 1057,1 kcal	Zs: 47,5 g	En: 1125,3 kcal	Zs: 24,1 g	En: -	Zs: -	En: -	Zs: -	
Tz: 2,1 g	Fe: 35,5 g	Tz: 9,8 g	Fe: 37,9 g	Tz: 2,5 g	Fe: 33,0 g	Tz: -	Fe: -	Tz: -	Fe: -	Tz: -	Fe: -
Sz: 124,3 g	Cu: 2,4 g	Sz: 119,4 g	Cu: 15,3 g	Sz: 100,3 g	Cu: 19,8 g	Sz: -	Cu: -	Sz: -	Cu: -	Sz: -	Cu: -
So: 5,3 g	Hs: 2,7 g	So: 1,7 g	Hs: 1,1 g	So: 2,0 g	Hs: 0,9 g	So: -	Hs: -	So: -	Hs: -	So: -	Hs: -

Σ Energia - A	1268,67 kcal	1057,06 kcal	1125,32 kcal	0 kcal	0 kcal
---------------	--------------	--------------	--------------	--------	--------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só

Az étlap változtatási jogát fenntartjuk!

Konyavezető: Barati Istvánné Dietetikus: Gál Péterné