



Barati Istvánné

5000 Szolnok

Tiszaparti sétány 4.

ÉTLAP

2024. 18. hét (2024.04.29. - 2024.05.05.)

Középiskolai

Korcsoport: 15 - 18 év

IKR Élelmezési program [V: 4.2.0.2] © Info-Set Kft.

2024.04.25. 9:44

1. / 1. oldal

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	Zöldborsó leves mustár, szója, zeller, glutén, tojás	Frankfurterli leves mustár, tojás, zeller, glutén, tejsíró, szója		Hamis gulyásleves + mustár, szója, zeller, glutén, tojás	Almalé
	Sült csirkecomb +	Grízteszta + glutén, tojás		Párolt csirkemell	Pásztor tarhonya + mustár, szója, zeller, glutén, tojás
	Petrezselymes burgonya	Alma		Párolt rizs + zeller	Csemege uborka + szulfítok
	Uborka saláta +			Párolt (mexikói) zöldség 1/2 + mustár, tojás, zeller, tejsíró	
Összetevők:	En: 826,4 kcal Zs: 36,7 g Tz: 6,9 g Fe: 37,6 g Sz: 84,3 g Cu: 9,0 g So: 7,4 g Hs: 1,4 g	En: 967,9 kcal Zs: 34,1 g Tz: 6,8 g Fe: 24,1 g Sz: 140,8 g Cu: 35,9 g So: 2,9 g Hs: 1,0 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 818,7 kcal Zs: 29,4 g Tz: 4,3 g Fe: 37,4 g Sz: 103,0 g Cu: 0,3 g So: 4,8 g Hs: 3,1 g	En: 1372,0 kcal Zs: 30,7 g Tz: 4,0 g Fe: 39,0 g Sz: 99,2 g Cu: 20,7 g So: 3,7 g Hs: -
Σ Energia - A	826,43 kcal	967,92 kcal	0 kcal	818,69 kcal	1372,05 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