



Barati Istvánné

5000 Szolnok

Tiszaparti sétány 4.

ÉTLAP

2025. 12. hét (2025.03.17. - 2025.03.23.)

Középiskolai

Korcsoport: 15 - 18 év

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.3] © Info-Set Kft.

2025.03.12. 14:14

1. / 1. oldal

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

Ebéd - A

	Alföldi húsleves mustár, szója, zeller, glutén, tojás	Burgonyaleves glutén, zeller	Zöldborsó leves zeller, tojás, glutén	Paradicsom leves + zeller, glutén, tojás	Zellerkrém leves + tejféle, glutén, zeller
	Milánói makaróni tejféle, glutén, tojás	Vegyes gyümölcsmártás tejféle, glutén	Temesvári sertésragu glutén, tejféle	Rántott csirkemell glutén, tojás	Sült csirkecomb +
		Bundás mackó glutén, mustár, szezámmag, szója, zeller	Tészta köret glutén, tojás	Rizi-bizi zeller	Petrezselymes burgonya
				Káposzta saláta +	Vegyes vágott savanyúság szulfítok
Összetevők:	En: 987,6 kcal Zs: 25,5 g Tz: 2,2 g Fe: 37,4 g Sz: 75,5 g Cu: 16,2 g So: 2,5 g Hs: 1,0 g	En: 1203,6 kcal Zs: 42,1 g Tz: 8,4 g Fe: 23,6 g Sz: 174,1 g Cu: 8,6 g So: 1,4 g Hs: 0,3 g	En: 1044,8 kcal Zs: 52,9 g Tz: 2,9 g Fe: 40,7 g Sz: 116,6 g Cu: 1,7 g So: 2,3 g Hs: 1,0 g	En: 818,4 kcal Zs: 22,2 g Tz: 2,8 g Fe: 40,5 g Sz: 114,4 g Cu: 8,8 g So: 2,3 g Hs: 1,9 g	En: 715,5 kcal Zs: 37,6 g Tz: 6,9 g Fe: 31,3 g Sz: 60,7 g Cu: 1,2 g So: 1,3 g Hs: 0,6 g

Σ Energia - A	987,6 kcal	1203,64 kcal	1044,77 kcal	818,38 kcal	715,46 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