



Barati Istvánné

5000 Szolnok

Tiszaparti sétány 4.

ÉTLAP

2025. 15. hét (2025.04.07. - 2025.04.13.)

Középiskolai

Korcsoport: 15 - 18 év

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.17] © Info-Set Kft.

2025.04.03. 8:13

1. / 1. oldal

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	Burgonyaleves Tápanyag jellemzők En: 204,1 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,1 g Fe: 5,9 g Sz: 42,5 g Cu: 1,4 g So: 0,3 g Hs: 0,3 g Allergének glutén, zeller	Tarhonya leves En: 93,4 kcal Zs: 1,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,7 g Sz: 17,1 g Cu: - So: 0,5 g Hs: 0,5 g zeller, glutén, tojás	Kertész leves + En: 65,7 kcal Zs: 3,3 g Tz: 0,4 g Fe: 2,1 g Sz: 8,0 g Cu: 0,1 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g zeller, glutén, tojás	Frankfurti leves En: 265,1 kcal Zs: 16,3 g Tz: 4,5 g Fe: 11,7 g Sz: 17,3 g Cu: 0,4 g So: 1,6 g Hs: 0,1 g mustár, tojás, zeller, glutén, szója, tejféle	Tojásleves En: 66,5 kcal Zs: 4,6 g Tz: 0,2 g Fe: 4,2 g Sz: 1,7 g Cu: 0,1 g So: 0,2 g Hs: 0,1 g zeller, tojás, glutén
	Milánói makaróni Tápanyag jellemzők En: 744,4 kcal Zs: 9,4 g Tz: 1,7 g Fe: 25,8 g Sz: 62,1 g Cu: 13,7 g So: 1,4 g Hs: 0,8 g Allergének tejféle, glutén, tojás	Fejtett babfőzelék En: 475,7 kcal Zs: 16,6 g Tz: 1,4 g Fe: 18,1 g Sz: 58,2 g Cu: 3,4 g So: 0,4 g Hs: 0,4 g glutén, tejféle	Mexikói sertésragu En: 733,8 kcal Zs: 12,1 g Tz: 0,6 g Fe: 22,6 g Sz: 8,3 g Cu: 0,1 g So: 0,3 g Hs: 0,2 g zeller	Túrós tejfölös tészta En: 366,4 kcal Zs: 12,2 g Tz: 2,2 g Fe: 19,2 g Sz: 57,1 g Cu: 1,8 g So: 0,5 g Hs: 0,1 g glutén, tojás, tejféle	Sült csirkecomb + En: 352,5 kcal Zs: 28,9 g Tz: 6,0 g Fe: 21,7 g Sz: 1,3 g Cu: 0,6 g So: 0,8 g Hs: 0,2 g
		Sertéspörkölt En: 908,7 kcal Zs: 18,9 g Tz: 1,3 g Fe: 25,4 g Sz: 2,7 g Cu: 0,5 g So: 2,2 g Hs: 1,9 g	Párolt kuskusz En: 263,3 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,0 g Fe: 8,9 g Sz: 54,2 g Cu: 0,0 g So: 0,4 g Hs: 0,4 g glutén, zeller	Alma En: 46,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 10,5 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -	Rizi-bizi En: 344,9 kcal Zs: 6,0 g Tz: 0,8 g Fe: 9,3 g Sz: 63,3 g Cu: - So: 0,1 g Hs: 0,1 g zeller
					Vegyes vágott savanyúság En: 11,3 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,9 g Cu: - So: 0,2 g Hs: - szulfitok
Σ Energia-A	948,53kcal	1477,8kcal	1062,83kcal	678,1kcal	775,19kcal

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!

Konyhavezető: Barati Istvánné Dietetikus: Gál Péterné