



Barati Istvánné

5000 Szolnok

Tiszaparti sétány 4.

ÉTLAP

2025. 16. hét (2025.04.14. - 2025.04.20.)

Középiskolai

Korcsoport: 15 - 18 év

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

2025.04.10. 10:40

1. / 1. oldal

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	Tárkonyos ragu leves +	Paradicsom leves +	Zöldborsó leves		
Tápanyag jellemzők	En: 570,8 kcal Zs: 12,0 g Tz: 0,4 g Fe: 17,1 g Sz: 10,5 g Cu: 1,6 g So: 1,4 g Hs: 0,5 g	En: 89,3 kcal Zs: 1,9 g Tz: 0,3 g Fe: 2,5 g Sz: 15,3 g Cu: 7,5 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g	En: 158,0 kcal Zs: 4,2 g Tz: - Fe: 7,3 g Sz: 22,7 g Cu: 1,5 g So: 0,2 g Hs: -		
Allergének	mustár, szója, zeller, glutén, tejféle	zeller, glutén, tojás	zeller, tojás, glutén		
	Burgonyás tészta +	Rántott csirkemell	Pásztor tarhonya +		
Tápanyag jellemzők	En: 272,6 kcal Zs: 6,6 g Tz: 0,8 g Fe: 8,7 g Sz: 54,0 g Cu: - So: 0,4 g Hs: 0,1 g	En: 359,2 kcal Zs: 14,2 g Tz: 1,8 g Fe: 27,8 g Sz: 31,0 g Cu: 0,1 g So: 1,4 g Hs: 1,2 g	En: 782,8 kcal Zs: 9,3 g Tz: - Fe: 25,8 g Sz: 51,9 g Cu: 0,3 g So: 1,3 g Hs: -		
Allergének	glutén, tojás	glutén, tojás	zeller, glutén, tojás		
	Csemege uborka +	Rizi-bizi	Cékla saláta +		
Tápanyag jellemzők	En: 56,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 1,0 g Sz: 2,0 g Cu: 0,8 g So: 0,2 g Hs: -	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	En: 0,0 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 0,0 g Cu: 0,0 g So: 0,5 g Hs: -		
Allergének	szulfitok	zeller	szulfitok		
		Káposzta saláta +			
Tápanyag jellemzők		En: 24,9 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,9 g Sz: 4,7 g Cu: 1,2 g So: 0,2 g Hs: 0,2 g			
Allergének					
Σ Energia-A	899,39kcal	818,38kcal	940,85kcal	0kcal	0kcal

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