



Barati Istváné

5000 Szolnok

Tiszaparti sétány 4.

ÉTLAP

2025. 51. hét (2025.12.15. - 2025.12.21.)

Középiskolai

Korcsoport: 15 - 18 év

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

2025.12.09. 11:33

1. / 1. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A				
Pirított tésztaleves +	Tojásleves	Zöldség leves +	Karfiol leves	
Tápanyag jellemzők	En: 105,0 kcal Zs: 4,0 g Tz: 0,5 g Fe: 2,6 g Sz: 16,2 g Cu: 0,2 g So: 0,8 g Hs: 0,6 g	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	En: 70,9 kcal Zs: 3,1 g Tz: 0,4 g Fe: 2,1 g Sz: 10,9 g Cu: 0,0 g So: 1,5 g Hs: -	En: 121,9 kcal Zs: 7,5 g Tz: 0,5 g Fe: 4,0 g Sz: 9,1 g Cu: 3,0 g So: 0,1 g Hs: 0,0 g
Allergének	zeller, glutén, tojás	zeller, tojás, glutén	zeller, glutén, tojás	glutén, tejszínes
Vegyes gyümölcsmártás	Temesvári sertésragu	Rántott csirkemell	Pásztortarhonya +	
Tápanyag jellemzők	En: 562,7 kcal Zs: 3,1 g Tz: 0,6 g Fe: 6,6 g Sz: 119,7 g Cu: 6,3 g So: 0,0 g Hs: 0,0 g	En: 562,7 kcal Zs: 43,8 g Tz: 1,9 g Fe: 20,7 g Sz: 18,7 g Cu: 0,2 g So: 1,5 g Hs: 1,0 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: -	En: 782,8 kcal Zs: 9,3 g Tz: 0,2 g Fe: 25,8 g Sz: 51,9 g Cu: 0,3 g So: 1,3 g Hs: 0,8 g
Allergének	tejszínes, glutén	glutén, tejszínes	glutén, tojás	zeller, glutén, tojás
Ripp-Ropp	Tészta köret	Rizi-bizi	Vegyes vágott savanyúság	
Tápanyag jellemzők	En: 322,2 kcal Zs: 19,9 g Tz: 4,3 g Fe: 10,2 g Sz: 26,4 g Cu: 0,7 g So: 2,0 g Hs: -	En: 336,4 kcal Zs: 6,3 g Tz: 0,6 g Fe: 12,7 g Sz: 75,2 g Cu: - So: 0,7 g Hs: 0,1 g	En: 344,9 kcal Zs: 6,0 g Tz: 0,2 g Fe: 9,3 g Sz: 63,3 g Cu: 0,0 g So: 0,1 g Hs: -	En: 11,3 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,9 g Cu: - So: 0,2 g Hs: -
Allergének	glutén, mustár, szója, tejszínes, tojás, zeller	glutén, tojás	zeller	szulfidok
Káposzta saláta +				
Tápanyag jellemzők				
Allergének				
Kenyér teljes kiőrlésű				
Tápanyag jellemzők				
Allergének				
Σ Energia-A	989,91kcal	965,64kcal	820,27kcal	915,95kcal
Okcal				

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 Istváné Dietetikus: Gál Péterné