

Középiskolás Étlap

Étlap

2023. március 27 - 2023. március 31

2023.03.27 Hétfő	2023.03.28 Kedd	2023.03.29 Szerda	2023.03.30 Csütörtök	2023.03.31 Péntek
<p>Zöldbableves tejfölös^{1,3,7,12}, Bácskai rizseshús¹²</p> <p>E: 773,52kcal Tel.zsír.: 4,27g CH: 88,96g Só: 3,46g</p> <p>Zsír: 31,32g Feh.: 29,65g Cuk: g Ca: 97,92mg</p>	<p>Reszelt tészta leves^{1,3}, Sült csirkecombfilé, Finomfőzelék^{1,7}, Alma</p> <p>E: 704,11kcal Tel.zsír.: 4,33g CH: 66,16g Só: 3,68g</p> <p>Zsír: 35,85g Feh.: 32,95g Cuk: 5,99g Ca: 300,17mg</p>	<p>Tyúkhúsleves csigatésztával^{1,3,8,9}, Borsos tokány sertésből^{1,7,12}, Párolt bulgur^{1,9}</p> <p>E: 836,62kcal Tel.zsír.: 7,63g CH: 92,76g Só: 4,98g</p> <p>Zsír: 36,73g Feh.: 35,41g Cuk: g Ca: 154,17mg</p>	<p>Tárkonyos sertésraguleves^{1,3,7}, Panírozott csirkemell¹, Brokkoli főzelék^{1,7}, Banán</p> <p>E: 893,99kcal Tel.zsír.: 7,46g CH: 84,82g Só: 4,90g</p> <p>Zsír: 42,32g Feh.: 38,48g Cuk: g Ca: 462,53mg</p>	<p>Alföldi marhagulyás leves^{1,3,12}, Káposztás tészta (káposztás kocka)¹</p> <p>E: 832,21kcal Tel.zsír.: 4,26g CH: 115,52g Só: 3,35g</p> <p>Zsír: 26,88g Feh.: 28,46g Cuk: 5,00g Ca: 117,35mg</p>
<p>Energia: 773,52kcal Zsír: 31,32g Telített zsírsav: 4,27g Fehérje: 29,65g Szénhidrát: 88,96g Hozzáadott cukor: g Só: 3,46g Ca: 97,92mg</p>	<p>Energia: 704,11kcal Zsír: 35,85g Telített zsírsav: 4,33g Fehérje: 32,95g Szénhidrát: 66,16g Hozzáadott cukor: 5,99g Só: 3,68g Ca: 300,17mg</p>	<p>Energia: 836,62kcal Zsír: 36,73g Telített zsírsav: 7,63g Fehérje: 35,41g Szénhidrát: 92,76g Hozzáadott cukor: g Só: 4,98g Ca: 154,17mg</p>	<p>Energia: 893,99kcal Zsír: 42,32g Telített zsírsav: 7,46g Fehérje: 38,48g Szénhidrát: 84,82g Hozzáadott cukor: g Só: 4,90g Ca: 462,53mg</p>	<p>Energia: 832,21kcal Zsír: 26,88g Telített zsírsav: 4,26g Fehérje: 28,46g Szénhidrát: 115,52g Hozzáadott cukor: 5,00g Só: 3,35g Ca: 117,35mg</p>

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt