

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógepgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Arany János Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfított olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

- Eötvös József Általános Iskola (Iskola)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájás (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

- Mátyás Király Általános Iskola (iskola)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

- Lajtha László Általános Iskola (iskola)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

- Szárcsa Általános Iskola (Iskola)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Herman Ottó Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Mészáros Jenő EGYMI (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógepgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Gróf Széchenyi István Általános és Kéttannyelvű Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógepgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Karácsony Sándor Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírtott olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógegyvár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Katona József Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pirított olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógepgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI:ker.Csepel Önk. Kazinczy Ferenc Értékközvetítő és Képességfejlt.Ált.Isk. (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Kölcsey Ferenc Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Mészáros Jenő Speciális Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógepgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Móra Ferenc Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájas (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógegyvár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Vermes Miklós Általános Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / B	Citromos tea (1;12;) Kenőmájás (9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) élelmi rost 1.8542 g; fehérje 9.969 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 1.6755 g; szénhidrát 38.236 g; telített zsírsav 3.9342 g; zsír 8.713 g; energia 273.097 kcal; energia 1141.55 kJ; koleszterin 67.2 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.112 g; fehérje 9.434 g; hozzáadott cukor 7.062 g; só 1.665 g; szénhidrát 40.525 g; telített zsírsav 1.162 g; zsír 3.817 g; energia 236.816 kcal; energia 990.631 kJ; koleszterin 97.2 mg;	Forralt tej (7;) Briós (1;3;6;7;) Citromos tea (1;12;) élelmi rost 1.594 g; fehérje 8.7675 g; hozzáadott cukor 13.1368 g; só 0.602355 g; szénhidrát 44.6631 g; telített zsírsav 2.7622 g; zsír 6.24375 g; energia 271.458 kcal; energia 1134.83 kJ; koleszterin 36.25 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.118 g; fehérje 9.251 g; hozzáadott cukor 12.062 g; só 0.9905 g; szénhidrát 45.127 g; telített zsírsav 1.645 g; zsír 3.871 g; energia 254.581 kcal; energia 1064.21 kJ; koleszterin 5.98 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Natúr vajkrém (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Paradicsom élelmi rost 6.65285 g; fehérje 13.4111 g; hozzáadott cukor 6.993 g; só 0.834615 g; szénhidrát 45.8506 g; telített zsírsav 7.5305 g; zsír 15.9291 g; energia 382.161 kcal; energia 1597.71 kJ; koleszterin 44.9 mg;
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 7.06 g; fehérje 23.293 g; hozzáadott cukor 32.977 g; só 1.33 g; szénhidrát 88.183 g; telített zsírsav 7.532 g; zsír 21.894 g; energia 648.403 kcal; energia 2710.66 kJ; koleszterin 44.038 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 1.76 g; élelmi rost 3.848 g; fehérje 20.228 g; só 1.273 g; szénhidrát 97.855 g; telített zsírsav 3.603 g; zsír 25.138 g; energia 702.593 kcal; energia 2936.95 kJ; koleszterin 1.575 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfőtt olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 8.782 g; fehérje 32.728 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 3.473 g; szénhidrát 71.803 g; telített zsírsav 13.794 g; zsír 37.348 g; energia 757.828 kcal; energia 3167.94 kJ; koleszterin 126.33 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 10.496 g; fehérje 21.867 g; hozzáadott cukor 5.199 g; só 3.56025 g; szénhidrát 68.88 g; telített zsírsav 4.184 g; zsír 14.793 g; energia 498.587 kcal; energia 2084.16 kJ; koleszterin 12 mg;
uzsonna / B	Gépsonka (6;7;9;10;) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 13 g; só 1.13425 g; szénhidrát 30.1 g; telített zsírsav 1.8593 g; zsír 6.71 g; energia 233.885 kcal; energia 977.718 kJ; koleszterin 25.7 mg;	Sajtszelet (7;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.728 g; fehérje 17.6 g; só 2.2732 g; szénhidrát 33.26 g; telített zsírsav 8.2747 g; zsír 15.46 g; energia 344.212 kcal; energia 1438.84 kJ; koleszterin 40.2 mg;	Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.81 g; fehérje 10.654 g; hozzáadott cukor 0.059 g; só 1.2715 g; szénhidrát 32.592 g; telített zsírsav 3.232 g; zsír 6.136 g; energia 228.764 kcal; energia 956.307 kJ; koleszterin 15.68 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Liga margarin Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) élelmi rost 4.16 g; fehérje 10.63 g; só 2.569 g; szénhidrát 34.83 g; telített zsírsav 4.5683 g; zsír 13.38 g; energia 303.897 kcal; energia 1270.32 kJ; koleszterin 25.1 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0087
1214 Budapest, Simon Bolívar sétány 4-8.
Telefon: - Fax: -

- Nagy Imre Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola (Iskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Vitaminos sajtkrém besameles* (1;3;6;7;9;10;12;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) élelmi rost 1.828 g; fehérje 7.433 g; hozzáadott cukor 9.028 g; só 1.1395 g; szénhidrát 39.015 g; telített zsírsav 2.071 g; zsír 3.577 g; energia 219.803 kcal; energia 918.776 kJ; koleszterin 9.8 mg;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) élelmi rost 3.054 g; fehérje 8.254 g; hozzáadott cukor 8.038 g; só 1.543 g; szénhidrát 40.891 g; telített zsírsav 0.835 g; zsír 2.745 g; energia 223.484 kcal; energia 934.658 kJ; koleszterin 64.8 mg;	Forralt tej (7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) Delma margarin (7;) élelmi rost 1.98 g; fehérje 14.034 g; hozzáadott cukor 4.1958 g; só 0.990756 g; szénhidrát 49.5548 g; telített zsírsav 5.17588 g; zsír 12.809 g; energia 371.345 kcal; energia 1552.47 kJ; koleszterin 52 mg;	Citromos tea (1;12;) Házi meggyes túrókrém (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 4.028 g; fehérje 7.72 g; hozzáadott cukor 11.526 g; só 0.843 g; szénhidrát 43.276 g; telített zsírsav 0.912 g; zsír 2.49 g; energia 228.347 kcal; energia 954.548 kJ; koleszterin 2.99 mg;	Tejeskávé (1;5;7;) Vajkrém ízesített (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 6.35385 g; fehérje 13.0251 g; hozzáadott cukor 8.392 g; só 0.82954 g; szénhidrát 46.4056 g; telített zsírsav 5.5839 g; zsír 11.9241 g; energia 346.625 kcal; energia 1449.16 kJ; koleszterin 33.4 mg;
ebéd / A	Szárnyasraguleves (1;3;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Alma élelmi rost 9.339 g; fehérje 25.656 g; hozzáadott cukor 36.97 g; só 1.40763 g; szénhidrát 99.481 g; telített zsírsav 4.772 g; zsír 14.969 g; energia 640.828 kcal; energia 2679.02 kJ; koleszterin 58.475 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Halvagdalt (1;3;4;5;6;7;8;10;12;) Finomfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 12.85 g; fehérje 30.302 g; hozzáadott cukor 1.399 g; só 3.758 g; szénhidrát 93.901 g; telített zsírsav 3.452 g; zsír 19.432 g; energia 679.674 kcal; energia 2841.13 kJ; koleszterin 62.503 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 13.172 g; fehérje 27.402 g; hozzáadott cukor 1.214 g; só 2.395 g; szénhidrát 82.763 g; telített zsírsav 10.957 g; zsír 37.591 g; energia 764.07 kcal; energia 3193.82 kJ; koleszterin 99.29 mg;	Magyaros zellerleves (1;3;6;7;9;10;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 12.995 g; fehérje 25.57 g; hozzáadott cukor 1.408 g; só 4.819 g; szénhidrát 72.497 g; telített zsírsav 3.524 g; zsír 16.249 g; energia 542.509 kcal; energia 2267.73 kJ; koleszterin 23.88 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pirított olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 5.565 g; fehérje 28.931 g; hozzáadott cukor 0.009 g; só 2.112 g; szénhidrát 77.265 g; telített zsírsav 12.907 g; zsír 30.842 g; energia 705.764 kcal; energia 2950.24 kJ; koleszterin 63.33 mg;
uzsonna / A	Csirkemell sonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 3.72 g; fehérje 10.66 g; só 1.2614 g; szénhidrát 31.38 g; telített zsírsav 1.2359 g; zsír 4.86 g; energia 212.899 kcal; energia 889.98 kJ; koleszterin 19.6 mg;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Zöldpaprika élelmi rost 3.334 g; fehérje 11.82 g; só 1.7866 g; szénhidrát 32.34 g; telített zsírsav 4.7025 g; zsír 9.78 g; energia 265.925 kcal; energia 1111.57 kJ; koleszterin 20.2 mg;	Kenőmájás (9;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Jégcsapretek élelmi rost 3.72 g; fehérje 9.46 g; só 1.259 g; szénhidrát 30.526 g; telített zsírsav 2.7188 g; zsír 6.64 g; energia 220.382 kcal; energia 921.268 kJ; koleszterin 44.8 mg;	Olasz (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Rágórépa (12;) élelmi rost 3.48 g; fehérje 8.92 g; só 2.172 g; szénhidrát 32.6 g; telített zsírsav 3.4363 g; zsír 10.3 g; energia 260.991 kcal; energia 1091.4 kJ; koleszterin 16.8 mg;	Sajtos pogácsa (1;3;5;6;7;8;11;) élelmi rost 1.54 g; fehérje 7.3073 g; só 0.611468 g; szénhidrát 27.1436 g; telített zsírsav 9.86622 g; zsír 20.2346 g; energia 321.44 kcal; energia 1343.64 kJ; koleszterin 70 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0085
1211 Budapest, Varrógépgyár utca 8-10.
Telefon: 06-30-932-0817 Fax: -

- Bp.XXI.ker.Csepel Önk. Jedlik Ányos Gimnázium (Középiskola)

2024.02.12. - 2024.02.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 02.12	Kedd 02.13	Szerda 02.14	Csütörtök 02.15	Péntek 02.16
ebéd / B	Sertésraguleves (1;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Kakaószórás (1;5;6;7;8;) Mandarin élelmi rost 10.435 g; fehérje 30.897 g; hozzáadott cukor 46.966 g; só 1.7125 g; szénhidrát 121.688 g; telített zsírsav 9.833 g; zsír 28.506 g; energia 875.236 kcal; energia 3658.93 kJ; koleszterin 56.621 mg;	Tarhonya leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sajtos rántott halfilé (1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;14;) Párolt rizs (10;12;) cukor 3.52 g; élelmi rost 5.612 g; fehérje 36.055 g; só 1.917 g; szénhidrát 154.438 g; telített zsírsav 6.514 g; zsír 45.715 g; energia 1179.85 kcal; energia 4931.99 kJ; koleszterin 2.625 mg;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Savanyú vetreце (1;3;6;7;8;9;10;12;) Bulgur (1;) élelmi rost 18.345 g; fehérje 35.045 g; hozzáadott cukor 1.421 g; só 3.12 g; szénhidrát 114.174 g; telített zsírsav 12.886 g; zsír 45.54 g; energia 985.885 kcal; energia 4121.02 kJ; koleszterin 125.986 mg;	Gombakrémleves (1;7;10;12;) Pírfított olajosmag levesbetét (8;11;12;) Mac and cheese (1;3;5;6;7;8;10;12;) élelmi rost 10.444 g; fehérje 38.243 g; hozzáadott cukor 0.013 g; só 4.187 g; szénhidrát 85.029 g; telített zsírsav 15.998 g; zsír 43.074 g; energia 884.983 kcal; energia 3699.48 kJ; koleszterin 145.662 mg;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12;) Füstölthús kockák (6;7;9;10;) Lencsefőzelék (1;3;6;7;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) élelmi rost 15.833 g; fehérje 33.572 g; hozzáadott cukor 5.798 g; só 4.9985 g; szénhidrát 104.814 g; telített zsírsav 5.215 g; zsír 20.058 g; energia 737.64 kcal; energia 3083.44 kJ; koleszterin 15 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek