

**Heti étlap: 2024.04.29. - 2024.05.05. A menü / Református gyerekek / 7-10 év**

Baktalórántházai Összevont Konyhai Intézmény, 4561 Baktalórántháza, Petőfi út 4.

	2024.04.29. hétfő	2024.04.30. kedd	2024.05.01. szerda	2024.05.02. csütörtök	2024.05.03. péntek	2024.05.04. szombat
<b>T í z ó r a i</b>	<p><b>Mogyorókrém *5*</b> <b>Gyümölcsstea</b> <b>Fehér kenyér *1*</b></p> <p><i>En: 1509 kj /359 kc; Feh:5,8gr Szh:55gr;Cuk:10,3gr;Só:1,1gr Zsír:12,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén, Földimogyoró</i></p>	<p><b>Csirkemell sonka</b> <b>Fehér kenyér *1*</b> <b>Retek</b> <b>Gyümölcsstea</b></p> <p><i>En: 1237 kj /295 kc; Feh:18,4gr Szh:48gr;Cuk:10,3gr;Só:2,6gr Zsír:1,5gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén</i></p>		<p><b>Baromfi párizsi *6*</b> <b>Delma csészés margarin/500gr/</b> <b>Fehér kenyér *1*</b> <b>TV-Paprika zöld</b> <b>Gyümölcsstea</b></p> <p><i>En: 1558 kj /371 kc; Feh:11,6gr Szh:46gr;Cuk:10,6gr;Só:2,2gr Zsír:15,6gr;Tzs:5gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	<p><b>Felvágott /zala/ *6*</b> <b>Fehér kenyér *1*</b> <b>Gyümölcsstea</b> <b>Paradicsom</b></p> <p><i>En: 3344 kj /796 kc; Feh:40,7gr Szh:43gr;Cuk:10,3gr;Só:7,9gr Zsír:51,6gr;Tzs:21gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	
<b>E b b é d</b>	<p><b>Csontleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Húsgombóc</b> <b>paradicsomszósszal *1,3,7,9,10*</b> <b>Fehér kenyér *1*</b></p> <p><i>En: 2834 kj /675 kc; Feh:37,6gr Szh:100gr;Cuk:9,6gr;Só:5,3gr Zsír:21,5gr;Tzs:5,5gr;Kalc:0,01gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p><b>Zöldségleves *1,3,4,6,7,9,10*</b> <b>Sertéspörkölt *1*</b> <b>Zöldborsófőzelék *7*</b> <b>Fehér kenyér *1*</b></p> <p><i>En: 3160 kj /752 kc; Feh:37,1gr Szh:79gr;Cuk:1,4gr;Só:5,7gr Zsír:32,9gr;Tzs:7,7gr;Kalc:0,04gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i></p>		<p><b>Kukoricakrém-leves *1,3,7,9,10*</b> <b>Bolognai spagetti *1,3,6,7,9,10*</b></p> <p><i>En: 3199 kj /762 kc; Feh:38,5gr Szh:98gr;Cuk:4,8gr;Só:4,9gr Zsír:30,2gr;Tzs:9,9gr;Kalc:0,04gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p><b>Raguleves *1,3,4,6,7,9,10*</b> <b>Paprikás burgonya *1*</b></p> <p><i>En: 3364 kj /801 kc; Feh:40,4gr Szh:91gr;Cuk:0,6gr;Só:4,6gr Zsír:32,1gr;Tzs:6gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	
<b>U z s o n n a</b>	<p><b>Mackósajt *7*</b> <b>Mediterrán rolli 50 gr *1,7*</b></p> <p><i>En: 1941 kj /462 kc; Feh:26,7gr Szh:63gr;Cuk:3,7gr;Só:4,4gr Zsír:35gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p><b>Tejkrémes szelet 50g *1,3,6,7*</b></p> <p><i>En: 2345 kj /558 kc; Feh:8gr Szh:48gr;Cuk:35gr;Só:0,3gr Zsír:37gr;Tzs:25gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>		<p><b>Teljeskiőrlésű keksz 40 g</b> <b>*1,3,5,11*</b> <b>Alma</b></p> <p><i>En: 2059 kj /490 kc; Feh:7gr Szh:80gr;Cuk:24gr;Só:0,6gr Zsír:15,6gr;Tzs:7,4gr;Kalc:0gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szezámag</i></p>	<p><b>Müzli szelet</b></p> <p><i>En: 1424 kj /339 kc; Feh:8,5gr Szh:70gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:2,7gr;Tzs:1gr;Kalc:0gr</i></p>	
	<p><i>En: 6284 kj /1496 kc; Feh:70,2 gr;Szh:218gr;Cuk:23,5gr;Só:10,7gr;Zsír:69,3 gr;Tzs:7 gr;Kalc:0,01 gr</i></p>	<p><i>En: 6742 kj /1605 kc; Feh:63,5 gr;Szh:175gr;Cuk:46,7gr;Só:8,6gr;Zsír:71,4 gr;Tzs:32,7 gr;Kalc:0,04 gr</i></p>		<p><i>En: 6815 kj /1623 kc; Feh:57,1 gr;Szh:223gr;Cuk:39,4gr;Só:7,6gr;Zsír:61,4 gr;Tzs:22,2 gr;Kalc:0,04 gr</i></p>	<p><i>En: 8131 kj /1936 kc; Feh:89,6 gr;Szh:204gr;Cuk:10,9gr;Só:12,5gr;Zsír:86,4 gr;Tzs:28 gr;Kalc:0 gr</i></p>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Sojábab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfitok; 13:Csilagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: