

Heti étlap: 2024.05.06. - 2024.05.12. A menü / Református gyerekek / 7-10 év

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

	2024.05.06. hétfő	2024.05.07. kedd	2024.05.08. szerda	2024.05.09. csütörtök	2024.05.10. péntek	2024.05.11. szombat
T i z ó r a i	<p>Méz Gyümölcs tea Delma csészés margarin/500gr/ Fehér kenyér *1*</p> <p><i>En: 1107 kj /264 kc; Feh:5gr Szh:75gr;Cuk:42,8gr;Só:1,2gr Zsír:4,6gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén</p>	<p>Zöldséges felvágott *1,7* Retek Fehér kenyér *1* Gyümölcs tea</p> <p><i>En: 1262 kj /300 kc; Feh:10gr Szh:44gr;Cuk:10,6gr;Só:2,3gr Zsír:8,1gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej</p>	<p>Pulykasonka Fehér kenyér *1* TV-Paprika zöld Gyümölcs tea</p> <p><i>En: 1175 kj /280 kc; Feh:15,9gr Szh:47gr;Cuk:10,5gr;Só:2,7gr Zsír:2,2gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén</p>	<p>Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7* Müzi szivecske 35g *6,7,8,11*</p> <p><i>En: 2336 kj /556 kc; Feh:14,3gr Szh:70gr;Cuk:12gr;Só:0,8gr Zsír:22,6gr;Tzs:11,8gr;Kalc:0,24gr</i></p> <p>Szójabab, Tej, Dió, Szezámag</p>	<p>Baromfi párizsi *6* Fehér kenyér *1* Gyümölcs tea Uborka</p> <p><i>En: 1118 kj /266 kc; Feh:9,5gr Szh:39gr;Cuk:10,3gr;Só:1,7gr Zsír:7,7gr;Tzs:2,5gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Szójabab</p>	
E b é d	<p>Grízgaluska-leves *1,3,4,6,7,9,10* Rakott zöldbab bulgurral *1,7*</p> <p><i>En: 2325 kj /554 kc; Feh:24,6gr Szh:53gr;Cuk:1,1gr;Só:1,5gr Zsír:27,1gr;Tzs:6,7gr;Kalc:0,03gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</p>	<p>Olaszos Zöldségleves *1,3,7,9,10* Hentestokány Párolt rizs</p> <p><i>En: 1978 kj /471 kc; Feh:29,2gr Szh:84gr;Cuk:1,1gr;Só:3,8gr Zsír:23,6gr;Tzs:5,3gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</p>	<p>Burgonyaleves zöldséges *1,3,7,9,10* Fasírt sütőpapíron sütvé *1,3,7,9,10* Finomfőzelék *7* Fehér kenyér *1*</p> <p><i>En: 2961 kj /705 kc; Feh:33,4gr Szh:99gr;Cuk:1,4gr;Só:3,2gr Zsír:21,7gr;Tzs:4,4gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</p>	<p>Gombakrémleves galuskával *1,3,7,9,10* Rántott csirkemell *1,3* Burgonyapüré *7*</p> <p><i>En: 3598 kj /857 kc; Feh:36,5gr Szh:92gr;Cuk:1,3gr;Só:5,1gr Zsír:38gr;Tzs:7,4gr;Kalc:0,02gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</p>	<p>Gulyásleves *1,3,7,9,10* Grízes tészta gyümölcslekvárral *1,3*</p> <p><i>En: 3158 kj /752 kc; Feh:25,9gr Szh:121gr;Cuk:36,7gr;Só:7,1gr Zsír:17,9gr;Tzs:3,1gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</p>	
U z s o n n a	<p>Sajtkrém *7* Magvas zsemle 55g Uborka</p> <p><i>En: 1276 kj /304 kc; Feh:10,2gr Szh:60gr;Cuk:1,4gr;Só:2,1gr Zsír:5,8gr;Tzs:3,2gr;Kalc:0,03gr</i></p> <p>Tej</p>	<p>Krémtúró</p> <p><i>En: 718 kj /171 kc; Feh:8,5gr Szh:23gr;Cuk:22gr;Só:0,2gr Zsír:5gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0,1gr</i></p>	<p>Körte</p> <p><i>En: 314 kj /75 kc; Feh:0,6gr Szh:18gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p>	<p>Húskrémes kenyér *1* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 809 kj /193 kc; Feh:7,3gr Szh:26gr;Cuk:0,3gr;Só:1,1gr Zsír:5,9gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén</p>	<p>Alma</p> <p><i>En: 189 kj /45 kc; Feh:0,6gr Szh:10gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p>	
	<p><i>En: 4708 kj /1121 kc; Feh:39,7 gr;Szh:188gr;Cuk:45,4gr;Só:4,8gr;Zsír: 37,4 gr;Tzs:11,1 gr;Kalc:0,06 gr</i></p>	<p><i>En: 3957 kj /942 kc; Feh:47,7 gr;Szh:152gr;Cuk:33,8gr;Só:6,3gr;Zsír: 36,7 gr;Tzs:10,9 gr;Kalc:0,1 gr</i></p>	<p><i>En: 4449 kj /1059 kc; Feh:49,8 gr;Szh:164gr;Cuk:11,9gr;Só:5,9gr;Zsír: 24,5 gr;Tzs:5 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 6744 kj /1606 kc; Feh:58 gr;Szh:188gr;Cuk:13,7gr;Só:7gr;Zsír:66 ,6 gr;Tzs:21,1 gr;Kalc:0,26 gr</i></p>	<p><i>En: 4464 kj /1063 kc; Feh:36 gr;Szh:171gr;Cuk:47gr;Só:8,8gr;Zsír:26 ,3 gr;Tzs:5,6 gr;Kalc:0 gr</i></p>	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: