

Csabdi Petőfi Sándor Általános Iskola

Étlap

2024. október 14 - 2024. október 18

Étkezés	2024.10.14 Hétfő	2024.10.15 Kedd	2024.10.16 Szerda	2024.10.17 Csütörtök	2024.10.18 Péntek
Tízórai	Túrós batyu 70g ^{1,3,7} , Gyümölcs tea	Teljes kiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Kigyó uborka, Felvágott, Margarin, Tea - Citromos	Csokis gabona pehely ¹ , Tej ⁷	Teljes kiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Lekvár, Margarin, Gyümölcs tea	Zsemle 60g ^{1,3,7} , Felvágott, Paradicsom, Margarin, Tea
Ebéd	Lebbencsleves ^{1,6,10} , Szilvalekváros gombóc ^{1,3}	Minestore leves ^{1,7,9} , Pincepörkölt ^{1,6,10} , Félbarna kenyér ebédhez ^{1,3,7} , Savanyúság	Brokkolikrémleves ^{1,3,7} , Rakott kelkáposzta ⁷ , Félbarna kenyér ebédhez ^{1,3,7}	Karalábéleves ^{1,9} , Csirkés- gombás rizottó ⁷ , Savanyúság	Jókai bableves ^{1,7,9} , Sajtos tejfölös spagetti ^{1,7}
Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Kenőmájas ^{6,7} , Kigyó uborka	Panini magvakkal szórt 90g ^{1,3} , Margarin	Teljes kiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Csirkemellsonka ⁶ , Zöldáru paprika, Margarin	Egyenes kifli 80g ¹ , Szalámi csemege, Kigyó uborka, Margarin	Kifli 60g ¹ , Alma
Energia:	922,46kcal	811,84kcal	1 244,14kcal	810,72kcal	1 274,69kcal
Zsír:	15,77g	22,46g	40,83g	41,75g	47,11g
Telített zsírsav:	5,36g	5,80g	11,44g	13,27g	14,31g
Fehérje:	34,60g	37,03g	66,00g	30,94g	59,32g
Szénhidrát:	155,74g	113,32g	159,07g	74,62g	149,43g
Cukor:	9,76g	10,03g	48,52g	6,27g	17,43g
Só:	4,64g	5,41g	6,80g	4,72g	7,60g
Ca:	167,62mg	214,82mg	986,66mg	172,49mg	398,27mg

A változás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- Glutént tartalmazó gabona
- Rákfélék és azokból készült termékek
- Tojás és abból készült termékek
- Halak és azokból készült termékek
- Földimogyoró és abból készült termékek
- Szójabab és abból készült termékek
- Tej és abból készült termékek
- Diófélék
- Zeller és abból készült termékek
- Mustár és abból készült termékek
- Szezámag és abból készült termékek
- Kén-dioxid
- Puhatestűek
- Csillagfürt

Csabdi Petőfi Sándor Általános Iskola

Étlap

2024. október 21 - 2024. október 25

Étkezés	2024.10.21 Hétfő	2024.10.22 Kedd	2024.10.23 Szerda	2024.10.24 Csütörtök	2024.10.25 Péntek
Tízórai	Teljes kiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Gyümölcs tea, Méz	Teljes kiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Kígyó uborka, Paprikás szalámi, Margarin, Tea		Kukoricadarával szórt grehem sulirúd 60g ¹ , Margarin, Maci kávé ⁷	Teljes kiőrlésű kenyér ^{1,3,7} , Tonhalkrém ^{14,10} , Kígyó uborka, Gyümölcs tea
Ebéd	Reszeltészta - leves ^{1,3,9} , Zöldbabfőzelék ^{1,7} , Sült baromfi virslis ⁶ , Félbarna kenyér ebédhez ^{1,3,7}	Májgaluskaleves ^{1,3,9} , Húsos rakott tészta ^{1,7} , Savanyúság		Paradicsomleves ^{1,9} , Sült hús feltét, Fejtettbabfőzelék ^{1,7} , Félbarna kenyér ebédhez ^{1,3,7}	Zöldborsóleves eperlevéllel ¹ , Tarhonyáshús ¹ , Savanyúság
Uzsonna	Kifli 60g ¹ , Kockasajt ⁷	Briós 50g ^{1,3,7}		Zsemle 60g ^{1,3,7} , Kígyó uborka, Natúr vajkrém ⁷	Sajtos pogácsa ^{1,3,7}
Energia:	1 180,67kcal	824,20kcal	kcal	1 201,39kcal	1 223,48kcal
Zsír:	47,10g	20,62g	g	29,49g	46,52g
Telített zsírsav:	7,22g	6,28g	g	8,72g	3,54g
Fehérje:	54,28g	37,85g	g	42,34g	61,92g
Szénhidrát:	141,98g	119,56g	g	183,71g	133,24g
Cukor:	10,61g	5,61g	g	17,49g	8,15g
Só:	6,69g	2,17g	g	5,21g	2,85g
Ca:	199,02mg	126,64mg	mg	350,61mg	127,47mg

A változás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- Glutént tartalmazó gabona
- Rákfélék és azokból készült termékek
- Tojás és abból készült termékek
- Halak és azokból készült termékek
- Földimogyoró és abból készült termékek
- Szójaabab és abból készült termékek
- Diófélék
- Zeller és abból készült termékek
- Mustár és abból készült termékek
- Szezámag és abból készült termékek
- Kén-dioxid
- Puhatestűek