

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0035
1165 Bp., Hunyadvár utca 16.
Telefon: - Fax: -

- József Nádor Általános Iskola és Művészeti Iskola (Iskola)

2025.05.26. - 2025.06.01.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.26	Kedd 05.27	Szerda 05.28	Csütörtök 05.29	Péntek 05.30
tízórai / A	Tej (7;) Vajkrém ízesített (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) EN: 1260.5 kJ, 300.6 kcal; FH: 11.2 g; SZH: 38.3 g; ZS: 11.3 g; TZS: 6 g; SÓ: 1.1 g; CK: 10.1 g;	Gyümölcs tea (12;) Harcapástétom zöldfűszeres 130g (4;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 1069.2 kJ, 255.9 kcal; FH: 7.6 g; SZH: 40.8 g; ZS: 6.7 g; TZS: 1 g; SÓ: 1.2 g; CK: 8.2 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Briós (1;3;6;7;) EN: 1364.3 kJ, 325.4 kcal; FH: 11.6 g; SZH: 52.2 g; ZS: 7.7 g; TZS: 4 g; SÓ: 0.7 g; CK: 25.5 g;	Tej (7;) Eper dzsem Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 1362.7 kJ, 324.7 kcal; FH: 12.3 g; SZH: 51.2 g; ZS: 7.6 g; TZS: 3.1 g; SÓ: 1.1 g; CK: 20.6 g;	Gyümölcs tea (12;) Körözött (1;5;6;7;8;9;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Paradicsom EN: 890.1 kJ, 212.9 kcal; FH: 7.3 g; SZH: 34.2 g; ZS: 4.9 g; TZS: 2.1 g; SÓ: 1.1 g; CK: 9 g;
ebéd / A	Sertésraguleves (1;3;7;9;12;) Darás metélt (1;3;) Barack lekvár (12;) Alma EN: 3304.6 kJ, 792.8 kcal; FH: 23 g; SZH: 104.7 g; ZS: 30.6 g; TZS: 5.8 g; SÓ: 1.6 g; CK: 25.1 g;	Magyaros burgonyaleves (1;3;9;12;) Sertéspörkölt (1;9;12;) Sárgaborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Gesztenye Marci (6;7;) EN: 3735.2 kJ, 894.3 kcal; FH: 39.3 g; SZH: 85.7 g; ZS: 40 g; TZS: 11.3 g; SÓ: 2.3 g; CK: 9.1 g;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12;) Ázsiai csirkeragu (1;5;6;8;10;11;12;) Petrezselymes párolt rizs (12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) EN: 2646.7 kJ, 635.7 kcal; FH: 23.7 g; SZH: 80.4 g; ZS: 23.8 g; TZS: 3.5 g; SÓ: 3.5 g; CK: 1.8 g;	Tavaszi zöldségleves (1;3;6;7;9;10;12;) Húsgombóc (3;12;) Paradicsommártás (1;9;12;) Főtt burgonya fél adag (12;) EN: 2598.3 kJ, 622.9 kcal; FH: 18.6 g; SZH: 85.8 g; ZS: 22.1 g; TZS: 5.4 g; SÓ: 2.9 g; CK: 25.9 g;	
ebéd / AI					Zöldséges bableves (1;3;9;12;) Rántott sajt (1;3;6;7;10;11;) Bulgur (1;12;) Tartármártás (3;7;8;10;12;) EN: 4179.9 kJ, 1000 kcal; FH: 33.1 g; SZH: 120.5 g; ZS: 44.9 g; TZS: 12.2 g; SÓ: 3.3 g; CK: 6.2 g;
uzsonna / A	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű rozs zsemle 50g Paning (1;) EN: 840.7 kJ, 201.1 kcal; FH: 7.9 g; SZH: 24.4 g; ZS: 7.9 g; TZS: 2.4 g; SÓ: 1.1 g;	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Paradicsom EN: 1110.2 kJ, 265.6 kcal; FH: 11.8 g; SZH: 32 g; ZS: 9.8 g; TZS: 4.7 g; SÓ: 1.8 g; CK: 0.7 g;	Padlizsánkrém (3;8;9;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Zöldpaprika EN: 745.7 kJ, 178.4 kcal; FH: 5.5 g; SZH: 26.1 g; ZS: 5.6 g; TZS: 0.8 g; SÓ: 0.9 g; CK: 0.5 g;	Diákcsemege (6;) Delma margarin (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Kígyóuborka (12;) EN: 936 kJ, 224 kcal; FH: 7.5 g; SZH: 29.2 g; ZS: 8.5 g; TZS: 2.8 g; SÓ: 1.3 g; CK: 0.6 g;	
uzsonna / AI					Magvas pereg (1;3;7;8;11;) EN: 1085 kJ, 259 kcal; FH: 6.3 g; SZH: 38.2 g; ZS: 7.6 g; TZS: 3.2 g; SÓ: 0 g; CK: 7.8 g;

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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek