



Heti étlap

Tulajdonos: [Más Mint a Menza Kft.] - 4031 Debrecen, Derék u.247. 2/5.

37/2014 (IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!

43. hét 2025.10.20. - 2025.10.24. H - P

Oldal: 1

2025.10.19. 15:32:24

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Tízórai Iskola	Tej KAKAÓS TEKERCs	Gyümölcs tea FELVÁGOTT SOPRONI MARGARIN (RAMA) KENYÉR (FÉLBARNA) ZÖLDPAPRIKA	Tojáskrém CSÁSZÁRZSEMLE (44 G)		
	energia: 347Kcal/1451KJ szénhidrát: 43,5g fehérje: 13,8g zsír/telített: 13,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,49g	energia: 367Kcal/1535KJ szénhidrát: 47,2g fehérje: 5,8g zsír/telített: 17,0g/0g cukor: 20,6g só.: 1,01g	energia: 409Kcal/1711KJ szénhidrát: 10,6g fehérje: 10,2g zsír/telített: 26,5g/0g cukor: 0,0g só.: 2,64g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
05 Ebéd Iskola	Fahéjas szilvaleves Olaszos csirkemell Gyermelyi Vita Pasta	Tarhonyaleves 4. Burgonyafőzelék 4. Grill virsli 4.	Babgulyás, zöldséges 4. Mákos guba 4. Vaníliásodó 4.		
	energia: 731Kcal/3058KJ szénhidrát: 108,1g fehérje: 37,7g zsír/telített: 14,7g/0g cukor: 22,0g só.: 4,48g	energia: 651Kcal/2724KJ szénhidrát: 84,9g fehérje: 30,8g zsír/telített: 16,9g/0g cukor: 0,8g só.: 4,18g	energia: 4213Kcal/17627 szénhidrát: 166,2g fehérje: 50,9g zsír/telített: 49,2g/0g cukor: 39,3g só.: 2,89g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
06 Uzsonna Iskola	Petrezselymes margarin 100 g CSÁSZÁRZSEMLE (44 G) ZÖLDPAPRIKA	IZES-TUROS PAPUCS	JÓGHURT, GYUMOLCSOS (2 DL) KIFLI (44 G)		
	energia: 490Kcal/2052KJ szénhidrát: 12,1g fehérje: 3,9g zsír/telített: 37,7g/0g cukor: 0,0g só.: 0,26g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 289Kcal/1210KJ szénhidrát: 48,4g fehérje: 9,6g zsír/telített: 5,0g/0g cukor: 0,0g só.: 1,05g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g

Jó étvágyat kívánunk!