



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!

49. hét 2025.12.01. - 2025.12.05. H - P

Oldal: 1

2025.11.28. 19:06:12

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Tízórai Iskola	Kakaó Burgonyás pogácsa 4.	Gyümölcs tea FELVÁGOTT, CSALÁDI CSEMEGE KENYÉR (FÉLBARNA, BURGONYÁS) ZÖLDPAPRIKA	Gyümölcs tea KENŐMÁJAS CSÁSZÁRZSEMLE (44 G) PAPRIKA ZÖLD	Gyümölcs tea Párizsikrém margarinnal 0. CSÁSZÁRZSEMLE (44 G)	Krémes forró csokoládé KUGLÓF
	energia: 631Kcal/2640KJ szénhidrát: 72,8g fehérje: 16,2g zsír/telített: 29,9g/0g cukor: 20,0g só.: 1,39g	energia: 301Kcal/1258KJ szénhidrát: 50,8g fehérje: 10,9g zsír/telített: 5,5g/0g cukor: 20,6g só.: 0,97g	energia: 331Kcal/1386KJ szénhidrát: 31,2g fehérje: 7,2g zsír/telített: 10,0g/0g cukor: 20,6g só.: 1,06g	energia: 294Kcal/1231KJ szénhidrát: 30,7g fehérje: 3,6g zsír/telített: 7,7g/0g cukor: 20,6g só.: 0,45g	energia: 424Kcal/1774KJ szénhidrát: 66,7g fehérje: 13,2g zsír/telített: 11,4g/0g cukor: 26,6g só.: 0,26g
05 Ebéd Iskola	Erőleves cérnametélttel Sertéspaprikás Fusilli durum tészta	Reszelttészta leves 4. Húsgombóc sertéshúsból 4. Paradicsom mártás 4. Főtt burgonya 4.	Frankfurti leves 3. Túrógombóc 4. KENYÉR TELJES KIŐRLÉSŰ	Fahéjas szilvaleves Mustáros sertésszelet 3. Párolt bulgur	Zöldborsóleves 4. Sajtos -Paradicsomos spagetti BANÁN
	energia: 1096Kcal/4585KJ szénhidrát: 96,1g fehérje: 83,3g zsír/telített: 40,1g/0g cukor: 3,4g só.: 4,99g	energia: 933Kcal/3904KJ szénhidrát: 111,2g fehérje: 28,8g zsír/telített: 37,7g/0g cukor: 16,7g só.: 7,76g	energia: 1030Kcal/4308KJ szénhidrát: 99,1g fehérje: 48,6g zsír/telített: 46,7g/0g cukor: 22,0g só.: 2,06g	energia: 699Kcal/2924KJ szénhidrát: 59,7g fehérje: 19,3g zsír/telített: 41,3g/0g cukor: 22,0g só.: 6,81g	energia: 469Kcal/1962KJ szénhidrát: 57,3g fehérje: 14,9g zsír/telített: 19,0g/0g cukor: 2,8g só.: 4,78g
06 Uzsonna Iskola	SZALAMI, CSABAI PAPRIKÁS MARGARIN (RAMA) TELJES ŐRLÉSŰ ZSEMLE PAPRIKA ZÖLD	MUZLI SZELET SAJTOS RÚD (44 G)	SAJT, MACKO, CSÁRDAS TELJES ŐRLÉSŰ KIFLI	IZES-TÚROS PAPUCS	TÚRO RUDI (30 G) NARANCS
	energia: 377Kcal/1577KJ szénhidrát: 25,7g fehérje: 8,3g zsír/telített: 25,8g/0g cukor: 0,0g só.: 0,22g	energia: 222Kcal/928KJ szénhidrát: 18,9g fehérje: 4,0g zsír/telített: 13,7g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 189Kcal/789KJ szénhidrát: 25,3g fehérje: 7,5g zsír/telített: 5,5g/0g cukor: 0,0g só.: 0,71g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 886Kcal/3708KJ szénhidrát: 15,1g fehérje: 2,7g zsír/telített: 1,4g/0g cukor: 19,7g só.: 0,01g
	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!