

Étlap (allergén, élettani érték)



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

- József Nádor Általános Iskola és Művészeti Iskola (Iskola)

2025.06.16. - 2025.06.22.

Étkezés / Menü	Hétfő 06.16	Kedd 06.17	Szerda 06.18	Csütörtök 06.19	Péntek 06.20
tízórai / A	Tej (7;) Natúr vajkrém (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 1335,1 kJ, 318,4 kcal; FH: 12,6 g; SZH: 39,7 g; ZS: 12,1 g; TZS: 6 g; SÓ: 1 g; CK: 9,8 g;	Gyümölcs tea (12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;9;10;12;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 1047,3 kJ, 250,5 kcal; FH: 8,5 g; SZH: 41,2 g; ZS: 5,8 g; TZS: 1,8 g; SÓ: 1,7 g; CK: 8,6 g;	Vaníliás tej (7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN: 1315,3 kJ, 313,7 kcal; FH: 11,9 g; SZH: 47,8 g; ZS: 8,3 g; TZS: 4,2 g; SÓ: 0,8 g; CK: 18,9 g;	Gyümölcs tea (12;) Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Paradicsom EN: 1041,5 kJ, 249,2 kcal; FH: 7,4 g; SZH: 37 g; ZS: 7,5 g; TZS: 2,5 g; SÓ: 1,3 g; CK: 8,5 g;	
ebéd / A	Húsgaluskaleves (1;3;7;9;12;) Metélt főtt tészta (1;3;) Dejós szórás (1;6;11;) Alma EN: 3018,8 kJ, 723,7 kcal; FH: 23,8 g; SZH: 94,8 g; ZS: 27 g; TZS: 4,2 g; SÓ: 1,5 g; CK: 24,6 g;	Magyaros burgonyaleves (1;3;9;12;) Főtt tojás (3;) Finomfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Gesztenye Marci (6;7;) EN: 2540,8 kJ, 608,3 kcal; FH: 25,6 g; SZH: 80,4 g; ZS: 19,9 g; TZS: 5,4 g; SÓ: 2,2 g; CK: 17,2 g;	Gyümölcsleves (1;7;8;10;12;) Rántott sertésborda (1;3;5;6;7;8;) Párolt rizs (10;12;) Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) EN: 3737,9 kJ, 898 kcal; FH: 27,2 g; SZH: 107,2 g; ZS: 39,2 g; TZS: 7,4 g; SÓ: 3,5 g; CK: 17,5 g;	Rántott leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Tejfölös burgonyafőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 3285,4 kJ, 788,1 kcal; FH: 24,7 g; SZH: 94,5 g; ZS: 28,3 g; TZS: 9,1 g; SÓ: 3,3 g; CK: 4,2 g;	
uzsonna / A	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyer félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 915,3 kJ, 219 kcal; FH: 10,6 g; SZH: 31,5 g; ZS: 5,5 g; TZS: 1,6 g; SÓ: 1,5 g; CK: 0,1 g;	Trappista sajt (7;) Delma margarin (7;) Korpás zsemle (1;6;) Zöldpaprika EN: 990,1 kJ, 236,9 kcal; FH: 11,2 g; SZH: 25,2 g; ZS: 9,9 g; TZS: 4,6 g; SÓ: 1,1 g; CK: 1,1 g;	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) Kígyóuborka (12;) EN: 998,6 kJ, 238,9 kcal; FH: 9,5 g; SZH: 30,7 g; ZS: 8,6 g; TZS: 2,6 g; SÓ: 1,3 g; CK: 0,4 g;	Kockasajt (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) EN: 725,1 kJ, 173,5 kcal; FH: 7,7 g; SZH: 25,7 g; ZS: 4,4 g; TZS: 2,4 g; SÓ: 0,6 g; CK: 1,1 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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek