win MENZA

45. hét 2026.11.02. - 2026.11.06. H - P

Oldal: 1

Tulajdonos: [DAKTT KOORDINÁCIÓS KÖZPONT] - 6720 Szeged, Széchenyi tér 5.

2026.10.26. 11:14:54

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Iskola tízórai	tea Csokoládékrémes zsemle	Vaníliás tej ital BRIÓS kicsi (47 G)	tea Sajtkrémes zsemle tk.	Málnás tej ital Kifli fatörzs	tea Felvágottas zsemle Tk.
	energia: 232KCal/972KJ fehérje: 5,3g zsír/telített 0,4g/0g szénhidrát: 50,8g cukor: 20,8g só.: 0,05g	energia: 578KCal/2417KJ fehérje: 16,3g zsír/telített 14,9g/0g szénhidrát: 91,8g cukor: 30,0g só.: 0,22g	energia: 2942KCal/12310 fehérje: 97,3g zsír/telített 11,0g/0g szénhidrát: 590,3g cukor: 20,8g só.: 1,96g	energia: 211KCal/882KJ fehérje: 6,8g zsír/telített 7,2g/0g szénhidrát: 28,6g cukor: 18,0g só.: 0,22g	energia: 2995KCal/12530 fehérje: 99,9g zsír/telített 13,0g/0g szénhidrát: 590,0g cukor: 20,8g só.: 1,49g
05 Iskola ebéd	Magyaros zöldborsóleves 3. Paradicsomszósz húsgombóccal 3. kenyér vekni	Tavaszi zöldségleves 3. Csikós tokány 3. Bulgur 3. savanyúság vegyes vágott (csalamádé)	Árpagyöngy leves 3. Rakott zöldbab 3. kenyér vekni	Csontleves 3. Meggymártás 3. Sült csirkecomb 3. kenyér vekni	Gulyásleves 3. Darás metélt 3. kenyér vekni ALMA
	energia: 1099KCal/4596K fehérje: 36,0g zsír/telített 18,1g/3g szénhidrát: 109,4g cukor: 13,3g só.: 6,31g	energia: 1120KCal/4688K fehérje: 34,4g zsír/telített 42,8g/3g szénhidrát: 60,7g cukor: 1,8g só.: 8,84g	energia: 1555KCal/6504K fehérje: 38,0g zsír/telített 34,8g/3g szénhidrát: 104,0g cukor: 1,9g só.: 4,74g	energia: 1372KCal/5739K fehérje: 54,0g zsír/telített 30,5g/3g szénhidrát: 111,3g cukor: 17,0g só.: 4,71g	energia: 1141KCal/4773KJ fehérje: 38,5g zsír/telített 25,3g/3g szénhidrát: 170,4g cukor: 51,7g só.: 4,61g
06 Iskola uzsonna	Felvágottas kenyér tk. RETEK hónapos	Szalámis kenyér Tk. UBORKA	Margarinos-mézes kenyér	Padlizsánkrémes kenyér tk. PARADICSOM	PEREC 50g
	energia: 476KCal/1990KJ fehérje: 24,1g zsír/telített 10,7g/0g szénhidrát: 54,2g cukor: 0,0g só.: 2,47g	energia: 340KCal/1421KJ fehérje: 11,0g zsír/telített 12,3g/0g szénhidrát: 33,2g cukor: 0,0g só.: 1,32g	energia: 292KCal/1222KJ fehérje: 5,9g zsír/telített 10,5g/0g szénhidrát: 42,4g cukor: 8,0g só.: 1,23g	energia: 336KCal/1406KJ fehérje: 7,5g zsír/telített 17,4g/0g szénhidrát: 36,3g cukor: 0,0g só.: 2,85g	energia: 122KCal/512KJ fehérje: 1,1g zsír/telített 26,5g/0g szénhidrát: 5,7g cukor: 0,0g só.: 0,32g
	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g

Jó étvágyat kívánunk! A változtatás jogát fenntartjuk.