

Étlap

2023. november 20 - 2023. november 26

| Menük | 2023.11.20 Hétfő | 2023.11.21 Kedd | 2023.11.22 Szerda | 2023.11.23 Csütörtök | 2023.11.24 Péntek |
|---|--|---|---|--|--|
| A menü Közgazdasági Politechnikum A menü | Sertésragu leves ^{1,9} , Gyümölcs, Mákos tészta ^{1,3,5,8,11} E: 1 072,30kcal Zsír: 43,25g Feh.: 34,06g Só: 5,00g Cuk.: 32,58g E: 4 521,72KJ Tel.zsír.: 4,07g CH: 135,03g Ca: mg | Olasz paradicsomleves ¹ , Budapest pulykaragu, Bulgur ¹ E: 830,91kcal Zsír: 19,64g Feh.: 45,76g Só: 3,94g Cuk.: 15,66g E: 3 481,55KJ Tel.zsír.: 3,42g CH: 120,92g Ca: mg | Zöldségleves ¹ , Gyümölcs, Sárgaborsó főzelék ¹ , Sült baromfi virslie, Teljes őrlésű kenyér 2dkg ¹ E: 918,72kcal Zsír: 39,56g Feh.: 40,13g Só: 4,44g Cuk.: 13,61g E: 3 848,62KJ Tel.zsír.: 1,74g CH: 98,88g Ca: mg | Csurgatott kapos tojásleves ^{1,3} , Csirke nuggets, Rizi-bizi E: 656,33kcal Zsír: 25,75g Feh.: 23,05g Só: 2,71g Cuk.: 1,19g E: 2 750,36KJ Tel.zsír.: 3,05g CH: 79,29g Ca: mg | Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Milánói makaróni ^{1,3} , Sajt szórat ⁷ E: 644,51kcal Zsír: 21,12g Feh.: 29,53g Só: 3,78g Cuk.: 3,36g E: 2 720,43KJ Tel.zsír.: 5,53g CH: 84,21g Ca: 160,00mg |
| B menü Közgazdasági Politechnikum B menü | Sertésragu leves ^{1,9} , Gyümölcs, Túrós csusza ^{1,7} E: 664,78kcal Zsír: 56,79g Feh.: 26,24g Só: 6,04g Cuk.: 15,74g E: 2 784,86KJ Tel.zsír.: 4,15g CH: 24,98g Ca: 70,00mg | Olasz paradicsomleves ¹ , Párolt halfigura ^{1,2,3,4,6,7,9,10,13} , Tartármártás ^{3,7,10} , Párolt rizs E: 903,19kcal Zsír: 43,75g Feh.: 21,18g Só: 3,27g Cuk.: 17,87g E: 3 786,35KJ Tel.zsír.: 5,02g CH: 123,25g Ca: 15,00mg | Zöldségleves ¹ , Gyümölcs, Paprikás burgonya kolbásszal ⁶ , Csemege uborka édesítőszerrel E: 597,73kcal Zsír: 21,86g Feh.: 16,36g Só: 4,14g Cuk.: 18,13g E: 2 500,36KJ Tel.zsír.: 3,80g CH: 81,20g Ca: mg | Csurgatott kapos tojásleves ^{1,3} , Kelkáposzta főzelék ¹ , Párolt fasírt sertéshúsból ^{1,3} E: 655,14kcal Zsír: 41,33g Feh.: 21,28g Só: 1,78g Cuk.: 7,77g E: 2 741,83KJ Tel.zsír.: 3,50g CH: 48,13g Ca: mg | Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Csikóstokány csirkéből ^{1,7} , Tészta köret ^{1,3} E: 738,40kcal Zsír: 32,59g Feh.: 38,50g Só: 6,64g Cuk.: 5,58g E: 3 111,23KJ Tel.zsír.: 4,42g CH: 74,84g Ca: 30,00mg |
| C menü Közgazdasági Politechnikum C menü | Sertésragu leves ^{1,9} , Gyümölcs, Párizsias karfiol ^{1,3,7} , Párolt rizs, Tartármártás ^{3,7,10} E: 1 496,59kcal Zsír: 108,22g Feh.: 31,72g Só: 2,64g Cuk.: 22,78g E: 6 262,27KJ Tel.zsír.: 11,89g CH: 115,00g Ca: 63,00mg | Olasz paradicsomleves ¹ , Gombapaprikás ^{1,7} , Galuska ^{1,3} E: 955,16kcal Zsír: 30,17g Feh.: 30,54g Só: 5,34g Cuk.: 19,33g E: 4 001,66KJ Tel.zsír.: 4,32g CH: 135,69g Ca: 30,00mg | Zöldségleves ¹ , Gyümölcs, Grízes tészta lekvárral ¹ E: 713,16kcal Zsír: 16,92g Feh.: 16,17g Só: 1,52g Cuk.: 27,45g E: 2 996,15KJ Tel.zsír.: 1,73g CH: 120,46g Ca: mg | Csurgatott kapos tojásleves ^{1,3} , Lecsó rizzsel E: 455,27kcal Zsír: 15,08g Feh.: 13,04g Só: 3,21g Cuk.: 8,74g E: 1 904,22KJ Tel.zsír.: 1,37g CH: 93,87g Ca: mg | Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Angol rakott burgonya ^{3,7,10} E: 897,68kcal Zsír: 59,32g Feh.: 48,74g Só: 8,68g Cuk.: 6,97g E: 3 751,55KJ Tel.zsír.: 30,32g CH: 39,97g Ca: 1 240,00mg |

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energiaEkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsirtartalom:g/adag), FEH(fehérjertartalom:g/adag)