



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Gluténmentes K**

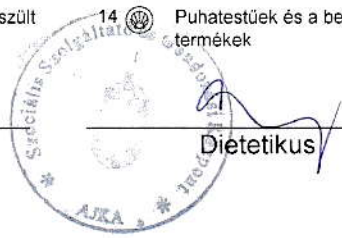
20. hét (2024-05-13 - 2024-05-19)

Étlap

Korosztály: **Középkisiskolás (15-18 év)**

Étkezés	Hétfő 2024.05.13.	Kedd 2024.05.14.	Szerda 2024.05.15.	Csütörtök 2024.05.16.	Péntek 2024.05.17.		
Ebéd	<ul style="list-style-type: none">Paradicsomleves {9!}Brassói aprópecsenyecsemegeuborka <p>energia (Joule): 6395.1290 kJ; energia (kalória): 1527.4520 kcal; zsír: 90.0900 g; zsírsav: 73.3700 g; szénhidrát: 137.8810 g; cukor: 2.6430 g; só: 0.9500 g; kalcium: 101.3180 mg; telített zsírsav: 0.0240 g; fehérje (össz): 43.9170 g</p>	<ul style="list-style-type: none">ReszeltésztalesGluténm. {3!}Köményes karaj szeletPárolt rizsőszibarack befőtt <p>energia (Joule): 4766.6020 kJ; energia (kalória): 1138.4850 kcal; zsír: 47.4440 g; zsírsav: 30.4080 g; szénhidrát: 145.9940 g; cukor: 13.6690 g; só: 1.9680 g; kalcium: 23.1810 mg; telített zsírsav: 0.0080 g; fehérje (össz): 37.2030 g</p>	<ul style="list-style-type: none">Alföldi csontleves GM {9!}Tavaszi sertés kocka Gluténm.Galuska Gluténm. {3!} <p>energia (Joule): 2725.6890 kJ; energia (kalória): 651.0190 kcal; zsír: 24.1480 g; zsírsav: 14.5310 g; szénhidrát: 139.1060 g; cukor: 12.1070 g; só: 2.5110 g; kalcium: 29.0080 mg; telített zsírsav: 0.0950 g; fehérje (össz): 20.8520 g</p>	<ul style="list-style-type: none">Pulykaraguleves {9!}Darás metélt Gluténm. <p>energia (Joule): 3701.1670 kJ; energia (kalória): 884.0080 kcal; zsír: 38.6330 g; zsírsav: 30.1060 g; szénhidrát: 113.0600 g; cukor: 22.4730 g; só: 1.0760 g; kalcium: 2.4890 mg; telített zsírsav: 0.2280 g; koleszterin: 35.6250 mg; fehérje (össz): 16.8400 g</p>	<ul style="list-style-type: none">Zellerkrémleves Gluténm.Tejm. {9!, 12!}vegyes vágott savanyúságBudapest szelet GM.Főtt burgonya <p>energia (Joule): 4958.9080 kJ; energia (kalória): 1184.4150 kcal; zsír: 44.3860 g; zsírsav: 26.1690 g; szénhidrát: 135.8230 g; cukor: 2.9620 g; só: 3.3480 g; kalcium: 153.4250 mg; telített zsírsav: 0.0310 g; koleszterin: 698.2500 mg; fehérje (össz): 69.1590 g</p>		
Elettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 6395.1290 kJ energia (kalória): 1527.4520 kcal zsír: 90.0900 g zsírsav: 73.3700 g szénhidrát: 137.8810 g cukor: 2.6430 g só: 0.9500 g kalcium: 101.3180 mg telített zsírsav: 0.0240 g fehérje (össz): 43.9170 g</p>	<p>energia (Joule): 4766.6020 kJ energia (kalória): 1138.4850 kcal zsír: 47.4440 g zsírsav: 30.4080 g szénhidrát: 145.9940 g cukor: 13.6690 g só: 1.9680 g kalcium: 23.1810 mg telített zsírsav: 0.0080 g fehérje (össz): 37.2030 g</p>	<p>energia (Joule): 2725.6890 kJ energia (kalória): 651.0190 kcal zsír: 24.1480 g zsírsav: 14.5310 g szénhidrát: 139.1060 g cukor: 12.1070 g só: 2.5110 g kalcium: 29.0080 mg telített zsírsav: 0.0950 g fehérje (össz): 20.8520 g</p>	<p>energia (Joule): 3701.1670 kJ energia (kalória): 884.0080 kcal zsír: 38.6330 g zsírsav: 30.1060 g szénhidrát: 113.0600 g cukor: 22.4730 g só: 1.0760 g kalcium: 2.4890 mg telített zsírsav: 0.2280 g koleszterin: 35.6250 mg fehérje (össz): 16.8400 g</p>	<p>energia (Joule): 4958.9080 kJ energia (kalória): 1184.4150 kcal zsír: 44.3860 g zsírsav: 26.1690 g szénhidrát: 135.8230 g cukor: 2.9620 g só: 3.3480 g kalcium: 153.4250 mg telített zsírsav: 0.0310 g koleszterin: 698.2500 mg fehérje (össz): 69.1590 g</p>		
1	Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek	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 (belértve a laktózt is)	8	Diófélék és azokból készült termékek
9	Zeller és abból készült termékek	10	Mustár és abból készült termékek	11	Szezámag és abból készült termékek	12	Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok
13	Csillagfűrt és a belőle készült termékek	14	Puhatestűek és a belőlük készült termékek				

Intézményvezető



Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető