

Üzem: 0036
1202 Bp., Lázár utca 3-5.
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

Kőrösi Csoma Sándor Kéttannyelvű Általános Iskola - Felső (Laktózmentes "LM") (Iskola)

Étkezés / Menü	Hétfő 05.29	Kedd 05.30	Szerda 05.31	Csütörtök 06.01	Péntek 06.02
ebéd / LM		Zellerleves tejmentes (1;9;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;12;) Sárgaborsó főzelék (diab) (1;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 2517.77 kJ; energia 602.326 kcal; fehérje 26.417 g; szénhidrát 58.469 g; zsír 28.708 g; telített zsírsav 6.857 g; élelmi rost 15.976 g; só 2.192 g; koleszterin 40.8 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;12;) Bolognai spagetti (1;3;10;12;) Alma energia 1447.56 kJ; energia 346.31 kcal; fehérje 17.563 g; szénhidrát 35.622 g; zsír 14.49 g; telített zsírsav 2.317 g; élelmi rost 4.227 g; só 1.41 g; koleszterin 99.375 mg;		

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, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek

Kőrösi Csoma Sándor Kéttannyelvű Általános Iskola - Alsós (Laktózmentes - "LM") (Iskola)

Étkezés / Menü	Hétfő 05.29	Kedd 05.30	Szerda 05.31	Csütörtök 06.01	Péntek 06.02
tízórai / LM		Tea Kométa Classic Extra sonka Margarin mini Bebo Basic Spread 35% Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 883.488 kJ; energia 211.343 kcal; fehérje 7.11 g; szénhidrát 42.153 g; zsír 1.32 g; telített zsírsav 0.21 g; élelmi rost 4.866 g; só 1.742 g; hozzáadott cukor 6.993 g;	Tej laktózmentes (7;) Laktózmentes natúr vajkrém (7;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 1443.23 kJ; energia 345.34 kcal; fehérje 13.87 g; szénhidrát 41.45 g; zsír 13.26 g; telített zsírsav 6.699 g; élelmi rost 4.34 g; só 1.044 g; koleszterin 40.4 mg;		
ebéd / LM		Zellerleves tejmentes (1;9;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;12;) Sárgaborsó főzelék (diab) (1;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;8;11;) energia 3689.94 kJ; energia 882.747 kcal; fehérje 39.867 g; szénhidrát 95.489 g; zsír 37.247 g; telített zsírsav 8.616 g; élelmi rost 26.889 g; só 2.971 g; koleszterin 48.96 mg;	Eresztett tojás leves (1;3;12;) Bolognai spagetti (1;3;10;12;) Alma energia 2386.78 kJ; energia 571.003 kcal; fehérje 29.936 g; szénhidrát 57.86 g; zsír 23.918 g; telített zsírsav 3.8 g; élelmi rost 6.061 g; só 2.208 g; koleszterin 141.75 mg;		
uzsonna / LM		Medve sajt laktózmentes (7;) Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Zöldpaprika energia 595.56 kJ; energia 142.477 kcal; fehérje 5.06 g; szénhidrát 29.4 g; zsír 0.44 g; telített zsírsav 0.125 g; élelmi rost 2.106 g; só 0.79 g;	Eurofood baromfimájás krém Zsemle, vizes Paning Kft. (1;) Jégcsapretek energia 588.69 kJ; energia 140.833 kcal; fehérje 5.03 g; szénhidrát 29.289 g; zsír 0.38 g; telített zsírsav 0.134 g; élelmi rost 1.515 g; só 1.19 g;		