



Heti étlap

11. hét 2023.03.13. - 2023.03.17. H - P

Oldal: 1

Tulajdonos: [Precíz Kft.] - 6000 Kecskemét, Katona József tér 8.

2023.03.10. 14:06:51

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
07 Középiskola reggeli	Tej (1,5%) 3 Kalács, fonott 3	Tea citromos 3 Szarvasi harcsapástétom zöldf. 3 Kenyér, rozs 3 (reggeli, vacsora) Retek, hónapos 3		Tea, zöld 3 Párizs krém margarinnal 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Zöldhagyma 3	Kakao 3 FELVÁGOTT, BOTOND SONKA 3 Margarin LIGHT 3 Kifli, korpás, reggelhez 3
	energia: 130kcal/100g szénhidrát: 13,1g fehérje: 8,7g zsírtelítettség: 3,8g/100g cukor: 12,1g 0,35g	energia: 40kcal/100g szénhidrát: 48,6g fehérje: 11,7g zsírtelítettség: 17,8g/100g cukor: 7,7g 1,72g	energia: 50kcal/100g szénhidrát: 40,3g fehérje: 12,5g zsírtelítettség: 6,8g/100g cukor: 11,8g 0,33g	energia: 50kcal/100g szénhidrát: 58,7g fehérje: 12,9g zsírtelítettség: 7,8g/100g cukor: 8,9g 0,99g	energia: 440kcal/100g szénhidrát: 54,5g fehérje: 25,9g zsírtelítettség: 17,5g/100g cukor: 17,4g 1,24g
08 Középiskola ebéd	Daragaluska leves 3 Lencséfőzelék 3 Pulykapörkölt 3 Kókuszkecska 3	Tejfőles burgonyaleves 3. Tavaszi sertésszelet 3. Petrezselymes rizs 3		Tarhonyaleves, zöldséges 3. Tonhal Dorozsmai-módra 3	Fokhagymás brokkoli krémleves 3 Csirkepörkölt 3 Tésztakörlet orsó 3 Fajessaláta 3
	energia: 440kcal/100g szénhidrát: 116,4g fehérje: 62,0g zsírtelítettség: 16,7g/100g cukor: 19,9g 1,20g	energia: 70kcal/100g szénhidrát: 112,5g fehérje: 39,1g zsírtelítettség: 15,0g/100g cukor: 5,7g 1,31g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 142,8g fehérje: 39,2g zsírtelítettség: 13,6g/100g cukor: 35,5g 1,06g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 92,5g fehérje: 47,4g zsírtelítettség: 36,3g/100g cukor: 3,3g 1,41g	energia: 700kcal/100g szénhidrát: 65,0g fehérje: 57,1g zsírtelítettség: 18,7g/100g cukor: 10,0g 1,76g
10 Középiskola vacsora	Brassói aprópecsenye 3 Tepsis burgonya 3 Ketchup 3	Erdélyi rakott káposzta 3		Pulykasült, comb 3 Törtburgonya 3 Franciasaláta 3	
	energia: 470kcal/100g szénhidrát: 54,7g fehérje: 31,5g zsírtelítettség: 11,0g/100g cukor: 0,0g 1,93g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 29,9g fehérje: 31,5g zsírtelítettség: 32,2g/100g cukor: 0,0g 1,75g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 166,9g fehérje: 149,6g zsírtelítettség: 228,9g/100g cukor: 0,3g 1,05g	energia: 700kcal/100g szénhidrát: 68,3g fehérje: 37,0g zsírtelítettség: 23,5g/100g cukor: 9,2g 0,90g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtelítettség: 0,0g/100g cukor: 0,0g 0,00g
	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtelítettség: 0,0g/100g cukor: 0,0g 0,00g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtelítettség: 0,0g/100g cukor: 0,0g 0,00g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtelítettség: 0,0g/100g cukor: 0,0g 0,00g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtelítettség: 0,0g/100g cukor: 0,0g 0,00g	energia: 400kcal/100g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtelítettség: 0,0g/100g cukor: 0,0g 0,00g