



## Heti étlap

18. hét 2024.04.29. - 2024.05.03. H - P

Oldal: 1

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

2024.04.25. 15:53:17

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
07 Közéiskola reggeli	<p>Tej (1,5%) 3 Lékvár, sárgabarack 3 Lige margarin 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora)</p> <p>energia: 16,9g szénhidrát: 83,3g fehérje: 9,0g cukor: 35,3g zsírtelítettség: 0,79g</p>	<p>Tea, zöld 3 PICK GASTRO CSEMEGE (t.l.) 3 Delma multivitamin Light 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Paprika TV 3</p> <p>energia: 11,6g szénhidrát: 61,0g fehérje: 18,9g cukor: 10,8g zsírtelítettség: 23,6g/11g sól: 0,66g</p>		<p>Tea csipkebogyó 3 Házi húskrém margarinnal 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Retek, hónapos 3</p> <p>energia: 43,7g szénhidrát: 11,6g fehérje: 8,0g cukor: 0,72g zsírtelítettség: 15,8g/7g sól: 0,72g</p>	<p>Tea csipkebogyó 3 Házi húskrém margarinnal 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Retek, hónapos 3</p> <p>energia: 57,4g szénhidrát: 20,8g fehérje: 6,1g cukor: 7,6g zsírtelítettség: 6,1g/0g sól: 0,59g</p>	<p>Kakao 3 Kalács, fonott 3</p> <p>energia: 19,6g szénhidrát: 9,3g fehérje: 4,4g cukor: 17,6g zsírtelítettség: 0,35g sól: 0,35g</p>
08 Közéiskola ebéd	<p>Zöldes hús gombóc leves 3 Tefjölös-kapros tökfazék 3 Pulykapörölt 3 Kókuszkecske 3</p> <p>energia: 53,1g szénhidrát: 57,8g fehérje: 20,6g cukor: 1,37g zsírtelítettség: 2,0g</p>	<p>Hamis gulyásleves 3 Bübos hús 3 Törtburgonya 3 Cékasaláta 3</p> <p>energia: 40,6g szénhidrát: 58,1g fehérje: 4,0g cukor: 3,4g zsírtelítettség: 15,7g/0g sól: 2,0g</p>		<p>Zöldes tojásleves 3 Budapest ragu 3 Párolt bulgur 3 Ecetes dinnye 3</p> <p>energia: 44,2g szénhidrát: 71,4g fehérje: 4,2g cukor: 3,1g zsírtelítettség: 26,2g/0g sól: 1,9g</p>	<p>Zöldes tojásleves 3 Budapest ragu 3 Párolt bulgur 3 Ecetes dinnye 3</p> <p>energia: 40,8g szénhidrát: 58,4g fehérje: 4,0g cukor: 4,1g zsírtelítettség: 14,2g/1g sól: 1,17g</p>	<p>Sóska leves 3 Csirkecomb Bercy-módra 3 Petrezselymes burgonya 3</p> <p>energia: 49,8g szénhidrát: 58,7g fehérje: 49,8g cukor: 6,3g zsírtelítettség: 24,0g/0g sól: 1,94g</p>
10 Közéiskola vacsora	<p>Sertés szelet Pék-módra 3 Petrezselymes burgonya 3 Csemege uborka 3</p> <p>energia: 32,0g szénhidrát: 54,4g fehérje: 13,4g cukor: 0,3g zsírtelítettség: 0,68g</p>	<p>Zöldes eggyonásült csirke 3 Rizsköret paprika csíkkal 3</p> <p>energia: 42,8g szénhidrát: 60,4g fehérje: 10,5g cukor: 4,4g zsírtelítettség: 10,5g/0g sól: 1,49g</p>		<p>PIZZA SZALAMIS 3</p> <p>energia: 23,4g szénhidrát: 76,0g fehérje: 22,1g cukor: 7,0g zsírtelítettség: 22,1g/0g sól: 1,30g</p>	<p>PIZZA SZALAMIS 3</p> <p>energia: 21,8g szénhidrát: 94,5g fehérje: 12,0g cukor: 3,0g zsírtelítettség: 12,0g/0g sól: 3,90g</p>	
	<p>energia: 32,0g szénhidrát: 54,4g fehérje: 13,4g cukor: 0,3g zsírtelítettség: 0,68g</p>	<p>energia: 42,8g szénhidrát: 60,4g fehérje: 10,5g cukor: 4,4g zsírtelítettség: 10,5g/0g sól: 1,49g</p>	<p>energia: 23,4g szénhidrát: 76,0g fehérje: 22,1g cukor: 7,0g zsírtelítettség: 22,1g/0g sól: 1,30g</p>	<p>energia: 21,8g szénhidrát: 94,5g fehérje: 12,0g cukor: 3,0g zsírtelítettség: 12,0g/0g sól: 3,90g</p>		