



## Heti étlap

43. hét 2024.10.21. - 2024.10.25. H - P

Oldal: 1

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

2024.10.18. 11:07:49

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskola tízórá	Tej (1,5%) 2/1 Vajkrém, magyaros 2/1 Kifli, korpás, tízórái 2/1 Lilahagyma karika 2/1	Tea citromos 2/1 Felvágott, PRITAMINOS CSIRKEMELL 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórái, uszonna) Paprika TV 2/1		Tea citromos 2/1 Bundás kenyér 2/1	Tejeskávé 2/1 Méz 2/1 Liga margarin 2/1 Zsemle, tízórái 2/1
	energia: 10,5g szénhidrát: 28,3g fehérje: 10,6g cukor: 5,0g zsírtelítettség: 0,33g	energia: 9,7g szénhidrát: 38,6g fehérje: 11,3g cukor: 8,3g zsírtelítettség: 1,16g	energia: 11,2g szénhidrát: 35,9g fehérje: 3,8g cukor: 6,7g zsírtelítettség: 0,53g	energia: 9,6g szénhidrát: 39,7g fehérje: 4,0g cukor: 6,5g zsírtelítettség: 0,34g	energia: 15,1g szénhidrát: 76,5g fehérje: 6,6g cukor: 26,5g zsírtelítettség: 0,47g
60 Általános iskola ebéd	Lebbens leves 2/1 Lencséfőzelék 2/1 Sültkolbász 2/1 Piskótatekerős, lekvárós 2/1	Sajtkrémleves (t.t.) 2/1 Olasz sertésborjú 2/1 Tészta köret makaróni 2/1		Zöldbableves 2/1 Magyaros sültcsirke 2/1 Törtburgonya 2/1 Kínai kel saláta 2/1	Csontleves cérumaltal 2/1 Mediterrán zöldséges tészta 2/1
	energia: 43,2g szénhidrát: 94,3g fehérje: 27,7g cukor: 15,0g zsírtelítettség: 0,64g	energia: 32,4g szénhidrát: 70,9g fehérje: 22,6g cukor: 9,9g zsírtelítettség: 1,16g	energia: 38,7g szénhidrát: 62,7g fehérje: 19,0g cukor: 2,6g zsírtelítettség: 1,26g	energia: 40,5g szénhidrát: 59,9g fehérje: 12,6g cukor: 14,4g zsírtelítettség: 1,12g	energia: 16,1g szénhidrát: 80,3g fehérje: 3,1g cukor: 5,4g zsírtelítettség: 0,65g
62 Általános iskola ebéd B	Lebbens leves 2/1 Zúzapórtöltelék 2/1 Galuska, köret 2/1 Uborkasaláta 2/1	Sajtkrémleves (t.t.) 2/1 Zöldséges göngyöltöltés 2/1 Burgonyapüré 2/1 Cékasaláta 2/1		Zöldbableves 2/1 Bácskai töltött káposzta 2/1 Kenyér, félbarna ebéd 2/1	Csontleves cérumaltal 2/1 Zöldséggyöngyöltöltés 2/1 Párolt rizs 2/1 Csemege uborka 2/1
	energia: 43,7g szénhidrát: 138,4g fehérje: 8,7g cukor: 10,3g zsírtelítettség: 0,78g	energia: 26,6g szénhidrát: 66,7g fehérje: 26,1g cukor: 10,4g zsírtelítettség: 1,57g	energia: 31,7g szénhidrát: 82,4g fehérje: 7,6g cukor: 24,8g zsírtelítettség: 0,93g	energia: 31,4g szénhidrát: 83,3g fehérje: 8,7g cukor: 6,0g zsírtelítettség: 1,28g	energia: 27,3g szénhidrát: 88,6g fehérje: 7,8g cukor: 5,2g zsírtelítettség: 0,79g
61 Általános iskola uzsonna	Sonkakrém 2/1 Zsemle, uszonna 2/1 Paradicsompaprika 2/1	Croissant sajtos 2/1		Túrós rúd 2/1	KEDVENC IZÉK GEPSONKA 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Szaszamos párna 2/1 Jégsaláta-levél 2/1
	energia: 43,7g szénhidrát: 138,4g fehérje: 8,7g cukor: 10,3g zsírtelítettség: 0,78g	energia: 26,6g szénhidrát: 66,7g fehérje: 26,1g cukor: 10,4g zsírtelítettség: 1,57g	energia: 31,7g szénhidrát: 82,4g fehérje: 7,6g cukor: 24,8g zsírtelítettség: 0,93g	energia: 31,4g szénhidrát: 83,3g fehérje: 8,7g cukor: 6,0g zsírtelítettség: 1,28g	energia: 27,3g szénhidrát: 88,6g fehérje: 7,8g cukor: 5,2g zsírtelítettség: 0,79g