



## 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. 11:16:13

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, uzsonna) 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: 0,9g zsírtel/fett: 10,6g/4,0g cukor: 60,0g 0,33g	energia: 9,7g szénhidrát: 38,6g fehérje: 8,3g zsírtel/fett: 11,3g/2g cukor: 60,0g 1,16g	energia: 11,2g szénhidrát: 35,9g fehérje: 3,8g/1g cukor: 60,0g 0,53g	energia: 9,6g szénhidrát: 39,7g fehérje: 4,0g/0g cukor: 60,0g 0,34g	energia: 15,1g szénhidrát: 76,5g fehérje: 6,6g/1g cukor: 60,0g 0,47g
60 Általános iskola ebéd	Lebbens leves 2/1 Lencs efézelék 2/1 Sültkolbász 2/1 Piskótatekerős, lekvárós 2/1	Sajt krémleves (t.t.) 2/1 Olasz sertésborjú 2/1 Tésztafőzet makaróni 2/1		Zöldbableves 2/1 Magyaros sültosírké 2/1 Törtburgonya 2/1 Kínai keltésaláta 2/1	Csontleves cézannal 2/1 Mediterrán zöldséges tészta 2/1
	energia: 43,2g szénhidrát: 94,3g fehérje: 27,7g/12g cukor: 60,0g 0,64g	energia: 32,4g szénhidrát: 70,9g fehérje: 22,6g/9g cukor: 60,0g 1,16g	energia: 33,7g szénhidrát: 62,7g fehérje: 3,8g/2g cukor: 60,0g 1,26g	energia: 40,5g szénhidrát: 59,5g fehérje: 12,6g/0g cukor: 60,0g 1,12g	energia: 16,1g szénhidrát: 30,3g fehérje: 3,1g/1g cukor: 60,0g 0,65g
61 Általános iskola uzsonna	Sonkakrém 2/1 Zsemle, uzsonna 2/1 Paradicsompaprika 2/1	Croissant sajtos 2/1		Túrós rúd 2/1	KEDVENC IZÉK GEPSONKA 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Szezámos párna 2/1 Jégsaláta-levél 2/1
	energia: 11,7g szénhidrát: 51,1g fehérje: 4,2g/0g cukor: 60,0g 0,28g	energia: 2,9g szénhidrát: 15,5g fehérje: 3,8g/3g cukor: 60,0g 0,44g	energia: 9,3g szénhidrát: 32,5g fehérje: 3,8g/2g cukor: 60,0g 0,68g	energia: 4,0g szénhidrát: 28,5g fehérje: 3,0g/0g cukor: 60,0g 0,00g	energia: 6,8g szénhidrát: 13,0g fehérje: 6,7g/2g cukor: 60,0g 0,54g
10 Középiskola vacsora	Búbos hús 3 Rizibizi 3 Vegyesaláta 3	Csirkemell Bercy-módra 3 Petrezselymes burgonya 3 Vegyesaláta 3		Serpentyes burgonyafőzelék, kolbásszal 3 Vegyesaláta 3	
	energia: ... szénhidrát: ... fehérje: ... zsírtel/fett: ... cukor: ...	energia: ... szénhidrát: ... fehérje: ... zsírtel/fett: ... cukor: ...	energia: ... szénhidrát: ... fehérje: ... zsírtel/fett: ... cukor: ...	energia: ... szénhidrát: ... fehérje: ... zsírtel/fett: ... cukor: ...	energia: ... szénhidrát: ... fehérje: ... zsírtel/fett: ... cukor: ...