



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. 11:18:56

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 Vajkrém, magyaros 3 Kifli, korpás , reggelihez 3 Lilahagyma karika 3</p> <p>energia: 13,9g szénhidrát: 46,7g fehérje: 14,30g zsírtelített: 10,0g cukor: 0,39g</p>	<p>Tea citromos 3 Felvágott, PRITAMINOS CSIRKEMELL 3 Margarin LIGHT 3 Kenyér, rozs 3 (reggeli, vacsora) Paprika TV 3</p> <p>energia: 12,4g szénhidrát: 48,4g fehérje: 14,8g zsírtelített: 10,2g cukor: 1,48g</p>		<p>Tea citromos 3 Bundás kenyér 3</p> <p>energia: 16,7g szénhidrát: 56,4g fehérje: 8,0g zsírtelített: 8,0g cukor: 0,80g</p>	<p>Tea citromos 3 Bundás kenyér 3</p> <p>energia: 27,2g szénhidrát: 74,7g fehérje: 14,4g zsírtelített: 7,6g cukor: 0,96g</p>	<p>Tejeskávész 3 Méz 3 Liga margarin 3 Zsemle, reggeli 3</p> <p>energia: 19,8g szénhidrát: 98,9g fehérje: 9,5g zsírtelített: 33,4g cukor: 0,64g</p>
08 Közéiskola ebéd	<p>Lebbens leves 3 Lencs efőzelék 3 Sültkolbász 3 Piskótatekeres, lekvárós 3</p> <p>energia: 52,7g szénhidrát: 112,7g fehérje: 33,0g zsírtelített: 1,4g cukor: 0,83g</p>	<p>Sajtkrémleves 3 Olasz sertésboró 3 Tésztekret makaróni 3</p> <p>energia: 49,4g szénhidrát: 87,9g fehérje: 27,1g zsírtelített: 1,9g cukor: 1,59g</p>		<p>Zöldbableves 3 Magyaros sültcsirke 3 Törtburgonya 3 Kínai koleszaláta 3</p> <p>energia: 47,2g szénhidrát: 73,3g fehérje: 4,2g zsírtelített: 3,1g cukor: 1,65g</p>	<p>Zöldbableves 3 Magyaros sültcsirke 3 Törtburgonya 3 Kínai koleszaláta 3</p> <p>energia: 51,0g szénhidrát: 93,9g fehérje: 15,7g zsírtelített: 1,4g cukor: 1,42g</p>	<p>Csontleves csermetéttel 3 Mediterrán zöldséges tészta 3</p> <p>energia: 24,1g szénhidrát: 126,9g fehérje: 4,6g zsírtelített: 7,5g cukor: 0,85g</p>
11 Közéiskola ebéd B	<p>Lebbens leves 3 Zúzapörölt 3 Galuska, köret 3 Ubornak saláta 3</p> <p>energia: 54,2g szénhidrát: 176,8g fehérje: 10,7g zsírtelített: 12,1g cukor: 1,02g</p>	<p>Sajtkrémleves 3 Zöldséges göngyöltés 3 Burgonyaapüré 3 Céklasaláta 3</p> <p>energia: 37,7g szénhidrát: 73,7g fehérje: 29,5g zsírtelített: 1,88g cukor: 1,55g</p>		<p>Zöldbableves 3 Bácskai töltött káposzta 3 Kenyér, félbarna ebéd 3</p> <p>energia: 38,6g szénhidrát: 96,1g fehérje: 9,8g zsírtelített: 2,78g cukor: 1,21g</p>	<p>Zöldbableves 3 Bácskai töltött káposzta 3 Kenyér, félbarna ebéd 3</p> <p>energia: 39,9g szénhidrát: 105,6g fehérje: 11,1g zsírtelített: 7,3g cukor: 1,68g</p>	<p>Csontleves csermetéttel 3 Zöldséggyöngyös sült karaj 3 Párolt rizs 3 Csemege uborka 3</p> <p>energia: 36,3g szénhidrát: 100,6g fehérje: 11,0g zsírtelített: 6,4g cukor: 1,04g</p>
10 Közéiskola vacsora	<p>Búbas hús 3 Rizibizi 3 Vegyes saláta 3</p> <p>energia: 54,2g szénhidrát: 176,8g fehérje: 10,7g zsírtelített: 12,1g cukor: 1,02g</p>	<p>Csirkemorgoly-módrá 3 Petrezselymes burgonya 3 Vegyes saláta 3</p> <p>energia: 37,7g szénhidrát: 73,7g fehérje: 29,5g zsírtelített: 1,88g cukor: 1,55g</p>		<p>Serpentyös burgonyafőzelék kolbásszal 3 Vegyes saláta 3</p> <p>energia: 38,6g szénhidrát: 96,1g fehérje: 9,8g zsírtelített: 2,78g cukor: 1,21g</p>		