



## Heti étlap

47. hét 2024.11.18. - 2024.11.22. H - P

Oldal: 1

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

2024.11.15. 11:10:29

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskolai tiszóra	Tej (1,5%) 2/1 Briós 2/1	Tea citromos 2/1 Felvágott, MEXIKÓI AHIDA (t.t.) 2/1 Liga margarin 2/1 Zs emle, tízórai 2/1	Tej (1,5%) 2/1 Méz 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kifli, tízórai 2/1	Tea citromos 2/1 Felvágott, PÁRIZSI SAJTOS SÁGA 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uszonna) Uborka 2/1	Tejcskáv é 2/1 Kalács, fonnott 2/1
	energia: 11,5g szénhidrát: 38,0g fehérje: 6,9g zsír: 50 szőlőcukor: 13,4g zsír telített: 0,27g	energia: 22,2g szénhidrát: 53,6g fehérje: 12,2g zsír: 6,6g szőlőcukor: 6,6g zsír telített: 6,19g 0,49g	energia: 21,9g szénhidrát: 47,6g fehérje: 10,9g zsír: 21,5g szőlőcukor: 6,0g zsír telített: 9,89g 0,91g	energia: 7,1g szénhidrát: 36,1g fehérje: 7,1g zsír: 7,9g szőlőcukor: 7,1g zsír telített: 0,29g	energia: 7,2g szénhidrát: 19,3g fehérje: 7,2g zsír: 14,7g szőlőcukor: 3,10g zsír telített: 0,29g
60 Általános iskolai ebéd	Tójs leves 2/1 Zöldbab főzelék 2/1 Fokhagymás pulyka aprópecsenye 2/1 Túrórudi 2/1	Zellerkrémleves 2/1 Stroganoff pulyka 2/1 Petrezselymes rizs 2/1 Kínai kel saláta 2/1	Tárkonyos pulykaragu leves 2/1 Sónkás kocka 2/1 Narancs 2/1	Paradicsomleves 2/1 Bakonyi csirkecomb 2/1 Párolt rizs 2/1 Cék saláta 2/1	Meggy leves 2/1 Rántott halfilé 2/1 Burgonyapüré 2/1 Uborkasaláta 2/1
	energia: 13,8g szénhidrát: 16,6g fehérje: 11,9g zsír: 6,6g szőlőcukor: 11,9g zsír telített: 0,67g	energia: 12,2g szénhidrát: 73,0g fehérje: 5,5g zsír: 12,7g szőlőcukor: 0,76g	energia: 42,0g szénhidrát: 76,5g fehérje: 34,0g zsír: 15,2g szőlőcukor: 19,0g zsír telített: 1,14g	energia: 38,1g szénhidrát: 38,9g fehérje: 11,9g zsír: 2,04g szőlőcukor: 2,04g	energia: 15,3g szénhidrát: 79,3g fehérje: 12,6g zsír: 25,0g szőlőcukor: 1,04g
62 Általános iskolai ebéd B	Tójs leves 2/1 Paradicsom mártás 2/1 Hús gombóc serts húsból 2/1 Túrórudi 2/1	Zellerkrémleves 2/1 Paradicsomos tonhalas penne 2/1	Tárkonyos pulykaragu leves 2/1 Túróal töltött zsemle 2/1 Darás metélt 2/1 Narancs 2/1	Paradicsomleves 2/1 Lyoni serts borda 2/1 Tepsis burgonya 2/1 Cék saláta 2/1	Meggy leves 2/1 Debreceni serts tokány 2/1 Tésztaköröt orsó 2/1 Uborkasaláta 2/1
	energia: 30,9g szénhidrát: 30,1g fehérje: 15,1g zsír: 11,5g szőlőcukor: 15,1g zsír telített: 1,25g	energia: 36,1g szénhidrát: 62,2g fehérje: 36,1g zsír: 4,9g szőlőcukor: 28,9g zsír telített: 0,76g	energia: 11,9g szénhidrát: 177,8g fehérje: 51,6g zsír: 52,1g szőlőcukor: 20,6g zsír telített: 0,81g	energia: 30,7g szénhidrát: 76,6g fehérje: 10,1g zsír: 2,6g szőlőcukor: 1,72g	energia: 27,1g szénhidrát: 71,4g fehérje: 14,6g zsír: 24,8g szőlőcukor: 0,98g
61 Általános iskolai uzsonna	Kockasajt SÓNKÁS 2/1 Kifli, korpás, uszonna 2/1 Paradicsompaprika 2/1	Pizzás csiga 2/1	Lilehagymás-petrezselymes halkrém 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uszonna) Paprika TV 2/1	Menü dejós rúd 2/1	Felvágott, VERONAI 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uszonna) Sárgarépa 2/1
	energia: 30,9g szénhidrát: 30,1g fehérje: 15,1g zsír: 11,5g szőlőcukor: 15,1g zsír telített: 1,25g	energia: 36,1g szénhidrát: 62,2g fehérje: 36,1g zsír: 4,9g szőlőcukor: 28,9g zsír telített: 0,76g	energia: 11,9g szénhidrát: 177,8g fehérje: 51,6g zsír: 52,1g szőlőcukor: 20,6g zsír telített: 0,81g	energia: 30,7g szénhidrát: 76,6g fehérje: 10,1g zsír: 2,6g szőlőcukor: 1,72g	energia: 27,1g szénhidrát: 71,4g fehérje: 14,6g zsír: 24,8g szőlőcukor: 0,98g