



Heti étlap

5. hét 2025.01.27. - 2025.01.31. H - P

Oldal: 1

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

2025.01.28. 9:31:43

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskolai tízóra	Tej (1,5%) 2/1 Kuglóf 2/1	Tea csipkebogyó 2/1 Sajt, Trappista 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Tejes kávé 2/1 KEDVENC ÍZEK ALPESI SZALÁMI (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Tea citromos 2/1 KEDVENC ÍZEK SAJTOS PÁRIZSI 2/1 Liga margarin 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Tej (1,5%) 2/1 Főtt kemény tojás 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Zöldhagyma 2/1
	energia: 12,8g szénhidrát: 44,2g fehéjje: 8,2g cukor: 15,8g zsírtelített: 0,3g	energia: 17,0g szénhidrát: 35,5g fehéjje: 17,0g cukor: 6,6g zsírtelített: 1,2g	energia: 20,2g szénhidrát: 47,1g fehéjje: 20,2g cukor: 14,7g zsírtelített: 1,09g	energia: 10,6g szénhidrát: 35,2g fehéjje: 7,3g cukor: 6,7g zsírtelített: 0,46g	energia: 21,2g szénhidrát: 39,5g fehéjje: 16,7g cukor: 9,9g zsírtelített: 0,74g
60 Általános iskolai ebéd	Zöldeségs hús gombóc leves 2/1 Gyümölcsmártás 2/1 Főthús 2/1 Nápolyi, CITROMOS 2/1	Brokkoli leves 2/1 Gyros 2/1 Pirított burgonya 2/1 Tzatziki mártás 2/1	Tyúk hús leves 2/1 Fánk házi 2/1 Szilvás gombóc 2/1 Narancs 2/1	Karalábéleves 2/1 Rakott burgonya 2/1 Céklasaláta 2/1	Zöldborsóleves csipetkével 2/1 Rántott sajt 2/1 Petrezelyes rizs 2/1 Tartármártás 2/1
	energia: 37,8g szénhidrát: 36,1g fehéjje: 36,4g cukor: 6,0g zsírtelített: 1,02g	energia: 38,6g szénhidrát: 67,7g fehéjje: 3,8g cukor: 2,1g zsírtelített: 10,8g cukor: 6,0g zsírtelített: 1,16g	energia: 31,9g szénhidrát: 114,0g fehéjje: 3,9g cukor: 41,7g zsírtelített: 9,9g cukor: 6,0g zsírtelített: 0,91g	energia: 22,9g szénhidrát: 52,3g fehéjje: 21,7g cukor: 6,1g zsírtelített: 2,61g	energia: 45,8g szénhidrát: 91,5g fehéjje: 44,2g cukor: 7,1g zsírtelített: 3,69g
61 Általános iskolai uzsonna	KEDVENC ÍZEK SOPRONI (t.t.) 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uzsonna) Savanyúkáposzta 2/1	Vajkrém, magyaros 2/1 Kifli, olasz, uzsonna 2/1 Paradisom 2/1	Teperőkrém 2/1 Zsemle, uzsonna 2/1	Perec, SAJTOS 2/1 Alma 2/1	Kockasajt SÖNKAS 2/1 Kifli, uzsonna 2/1 Uborka 2/1
	energia: 10,0g szénhidrát: 32,4g fehéjje: 10,0g cukor: 3,3g zsírtelített: 13,2g cukor: 6,0g zsírtelített: 1,42g	energia: 8,5g szénhidrát: 51,4g fehéjje: 8,5g cukor: 0,8g zsírtelített: 7,9g cukor: 6,0g zsírtelített: 0,08g	energia: 8,2g szénhidrát: 46,2g fehéjje: 2,2g cukor: 0,0g zsírtelített: 2,2g cukor: 6,0g zsírtelített: 0,09g	energia: 5,9g szénhidrát: 39,3g fehéjje: 5,9g cukor: 16,2g zsírtelített: 4,8g cukor: 6,0g zsírtelített: 0,49g	energia: 8,9g szénhidrát: 41,9g fehéjje: 8,9g cukor: 2,6g zsírtelített: 5,5g cukor: 6,0g zsírtelített: 1,38g
	energia: fehéjje: zsírtelített	energia: fehéjje: zsírtelített	energia: fehéjje: zsírtelített	energia: fehéjje: zsírtelített	energia: fehéjje: zsírtelített