



Heti étlap

13. hét 2025.03.24. - 2025.03.28. H - P

Oldal: 1

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

2025.03.23. 21:03:15

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
07 Középiskola reggeli	Tej (1,5%) 3 Kakao-s madárka 3	Tea citromos 3 Sajt, Eidami 3 Margarin LIGHT 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Paradicsom 3	Tej (1,5%) 3 Méz 3 Vaj, teavaj 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora)	Tea gyümölcsös 3 KEDVENC ÍZEK SERTÉSPÁRIZSI (t.t.) 3 Margarin LIGHT 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora)	Tej (1,5%) 3 KEDVENC ÍZEK ZALA 3 Margarin LIGHT 3 Kifli, korpás, reggelizhez 3
	energia: 9,80 szénhidrát: 34,2g fehérje: 11,6g zsírtelítettség: 0,27g	energia: 26,50 szénhidrát: 59,7g fehérje: 7,7g zsírtelítettség: 0,54g	energia: 18,80 szénhidrát: 73,7g fehérje: 25,4g zsírtelítettség: 0,58g	energia: 14,90 szénhidrát: 56,8g fehérje: 8,1g zsírtelítettség: 0,94g	energia: 26,90 szénhidrát: 81,9g fehérje: 9,5g zsírtelítettség: 1,16g
08 Középiskola ebéd	Zsemlegombóc leves 3 Sárgaborsó főzelék 3 Vagdalt pogács a sertéshúsból 3 Lekváros pisztolykecs 3	Gyümölcsleves 3 Sajtos csirkemell 3 Párolt bulgur 3	Zöldes étes májgombóc leves 3 Mákos metélő 3 Alma 3	Burgonyaleves, magyaros 3 Rakott brokkoli 3	Szárzabb leves 3 Bazsalikomos csirkecomb 3 Burgonyapüré 3 Fejeskáposzta saláta 3
	energia: 58,4g szénhidrát: 109,2g fehérje: 19,50g zsírtelítettség: 2,09g	energia: 48,3g szénhidrát: 131,6g fehérje: 14,4g zsírtelítettség: 1,21g	energia: 37,7g szénhidrát: 111,6g fehérje: 21,3g zsírtelítettség: 0,83g	energia: 31,6g szénhidrát: 48,5g fehérje: 10,6g zsírtelítettség: 1,14g	energia: 56,8g szénhidrát: 103,8g fehérje: 20,2g zsírtelítettség: 2,05g
11 Középiskola ebéd B	Zsemlegombóc leves 3 Holstein szelet 3 Főtt burgonya 3 Cék saláta 3	Gyümölcsleves 3 Budapesti ragu 3 Tésztaköret s zaruvaska 3	Zöldes étes májgombóc leves 3 Tojásos galuska 3 Fejes saláta 3	Burgonyaleves, magyaros 3 Rántott sertésszelet 3 Rizibizi 3 Csemege uborka 3	Szárzabb leves 3 Rizesselcsóvriszivel 3 Kenyér, félbarna ebéd 3
	energia: 45,4g szénhidrát: 90,4g fehérje: 18,90g zsírtelítettség: 2,42g	energia: 36,6g szénhidrát: 113,2g fehérje: 15,4g zsírtelítettség: 0,66g	energia: 37,1g szénhidrát: 103,7g fehérje: 14,6g zsírtelítettség: 1,17g	energia: 41,7g szénhidrát: 107,4g fehérje: 14,8g zsírtelítettség: 1,69g	energia: 35,6g szénhidrát: 132,8g fehérje: 16,6g zsírtelítettség: 2,04g
10 Középiskola vacsora	Almás-sajtos sertésszelet 3 Burgonyapüré 3 Fejes saláta 3	Stefánia vagdalt 3 Majonézes burgonyasaláta 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora)	Debreceni 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Mustár 3	Rizesselcsóvriszivel 3 Csemege uborka 3	
	energia: 45,4g szénhidrát: 90,4g fehérje: 18,90g zsírtelítettség: 2,42g	energia: 36,6g szénhidrát: 113,2g fehérje: 15,4g zsírtelítettség: 0,66g	energia: 37,1g szénhidrát: 103,7g fehérje: 14,6g zsírtelítettség: 1,17g	energia: 41,7g szénhidrát: 107,4g fehérje: 14,8g zsírtelítettség: 1,69g	