



Heti étlap

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

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

20. hét 2025.05.12. - 2025.05.16. H - P

Oldal: 1

2025.05.11. 22:38:24

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskola tízórá	Tea citromos 2/1 Vajkrém 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uzsonna) Uborka 2/1	Tej (1,5%) 2/1 Gabonapehely 2/1	Tea csipkebogyó 2/1 Felvágott, SNIDLUNGES s.értés 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Zs. emle, tízórai 2/1	Karamellás tej 2/1 Túrótöltött paprika 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Tea, zöld 2/1 Bundás kenyér 2/1
	energia: 274Kcal/100g zsírtartalom: 36,2g fehérje: 5,8g cukor: 60,0g szénhidrát: 8,5g as/ltel/ett: 8,1g/0g/0g 0,72g 	energia: 274Kcal/100g zsírtartalom: 48,9g fehérje: 10,7g cukor: 60,0g szénhidrát: 23,9g as/ltel/ett: 4,1g/0g/0g 0,69g 	energia: 214Kcal/100g zsírtartalom: 52,9g fehérje: 11,5g cukor: 60,0g szénhidrát: 6,6g as/ltel/ett: 12,7g/0g/0g 0,43g 	energia: 200Kcal/100g zsírtartalom: 50,6g fehérje: 19,3g cukor: 60,0g szénhidrát: 18,3g as/ltel/ett: 7,3g/0g/0g 0,53g 	energia: 267Kcal/100g zsírtartalom: 39,7g fehérje: 9,6g cukor: 60,0g szénhidrát: 6,0g as/ltel/ett: 4,0g/0g/0g 0,34g
60 Általános iskola ebéd	Daragaluskával leves 2/1 Paradicsom mártás 2/1 Hús gombóc s.értés húsból 2/1 Meggyes rétes 2/1	Gyümölcsleves 2/1 Gyros 2/1 Pirított burgonya 2/1 Tzatziki mártás 2/1	Tárkonyos pulykaragu leves 2/1 Tojásos galuska 2/1 Fejes saláta 2/1	Lebbencsleves 2/1 Tejfölös s.értés ragu 2/1 Párolt rizs 2/1	Zellerkrémleves 2/1 Kínai pulykaragu 2/1 Tésztakörlet masni 2/1
	energia: 274Kcal/100g zsírtartalom: 47,0g fehérje: 28,5g cukor: 60,0g szénhidrát: 11,6g as/ltel/ett: 16,0g/0g/0g 1,38g 	energia: 220Kcal/100g zsírtartalom: 79,4g fehérje: 32,2g cukor: 60,0g szénhidrát: 35,6g as/ltel/ett: 8,0g/0g/0g 0,69g 	energia: 244Kcal/100g zsírtartalom: 82,7g fehérje: 33,0g cukor: 60,0g szénhidrát: 8,6g as/ltel/ett: 10,6g/0g/0g 0,75g 	energia: 200Kcal/100g zsírtartalom: 82,6g fehérje: 27,1g cukor: 2,6g szénhidrát: 26,7g as/ltel/ett: 26,7g/0g/0g 0,84g 	energia: 200Kcal/100g zsírtartalom: 66,1g fehérje: 13,4g cukor: 60,0g szénhidrát: 11,9g as/ltel/ett: 9,2g/0g/0g 1,56g
62 Általános iskola ebéd B	Daragaluskával leves 2/1 Göngyölt hús 2/1 Hagymás burgonya 2/1 Kovászos uborka 2/1	Gyümölcsleves 2/1 Chilis bab 2/1 Kenyér, félbarna ebéd 2/1	Tárkonyos pulykaragu leves 2/1 Tejbedara 2/1 Alma 2/1	Lebbencsleves 2/1 Ráblóhús 2/1 Tortburgonya 2/1 Zoldbabsaláta 2/1	Zellerkrémleves 2/1 Rántott pulykamáj 2/1 Rizskörlet paprika csíkkal 2/1 Franciasaláta 2/1
	energia: 274Kcal/100g zsírtartalom: 69,4g fehérje: 33,5g cukor: 60,0g szénhidrát: 2,6g as/ltel/ett: 13,5g/0g/0g 1,08g 	energia: 244Kcal/100g zsírtartalom: 78,3g fehérje: 20,6g cukor: 60,0g szénhidrát: 34,8g as/ltel/ett: 9,2g/0g/0g 0,75g 	energia: 244Kcal/100g zsírtartalom: 76,5g fehérje: 29,7g cukor: 60,0g szénhidrát: 26,8g as/ltel/ett: 11,9g/0g/0g 0,77g 	energia: 200Kcal/100g zsírtartalom: 68,4g fehérje: 26,8g cukor: 7,7g szénhidrát: 20,8g as/ltel/ett: 20,8g/0g/0g 1,80g 	energia: 200Kcal/100g zsírtartalom: 76,1g fehérje: 32,6g cukor: 60,0g szénhidrát: 8,0g as/ltel/ett: 18,9g/4g/0g 1,39g
61 Általános iskola uzsonna	Sajt, MEDVE 2/1 Kifli, uzsonna 2/1	KEDVENC IZEK ZALA 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kifli, olasz, uzsonna 2/1 Jégсалátalevél 2/1	PADLIZSANKRÉM 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Sajtos csiga 2/1	Okroszerm, csokis 2/1 Alma 2/1
	energia: 274Kcal/100g zsírtartalom: 36,2g fehérje: 5,8g cukor: 60,0g szénhidrát: 8,5g as/ltel/ett: 8,1g/0g/0g 0,72g 	energia: 274Kcal/100g zsírtartalom: 48,9g fehérje: 10,7g cukor: 60,0g szénhidrát: 23,9g as/ltel/ett: 4,1g/0g/0g 0,69g 	energia: 214Kcal/100g zsírtartalom: 52,9g fehérje: 11,5g cukor: 60,0g szénhidrát: 6,6g as/ltel/ett: 12,7g/0g/0g 0,43g 	energia: 200Kcal/100g zsírtartalom: 50,6g fehérje: 19,3g cukor: 60,0g szénhidrát: 18,3g as/ltel/ett: 7,3g/0g/0g 0,53g 	energia: 267Kcal/100g zsírtartalom: 39,7g fehérje: 9,6g cukor: 60,0g szénhidrát: 6,0g as/ltel/ett: 4,0g/0g/0g 0,34g