



Heti étlap

48. hét 2025.11.24. - 2025.11.28. H - P

Oldal: 1

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

2025.11.21. 14:03:37

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 Kakaós madárka 2/1	Tea citromos 2/1 KEDVENC ÍZEK FOKHAGYMÁS (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uzsonna) Paprika TV 2/1	Tej (1,5%) 2/1 Vaj, teavaj 2/1 Kifli, korpás, tízórai 2/1 Paradicsom 2/1	Tea gyümölcsös 2/1 KEDVENC ÍZEK MÁJAS (t.t.) 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Paprika, zöld 2/1	Kakao 2/1 Sajt, Trappista 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Zsemle, tízórai 2/1
	energia: 1079 kJ (257 kcal) szénhidrát: 21,8g fehérje: 8,3g zsír: 8,0g szénhidrát: 10,5g fehérje: 10,5g zsír: 0,27g	energia: 3179 kJ (762 kcal) szénhidrát: 38,6g fehérje: 10,1g zsír: 13,3g szénhidrát: 8,3g fehérje: 1,01g	energia: 3179 kJ (762 kcal) szénhidrát: 30,3g fehérje: 12,3g zsír: 16,9g szénhidrát: 9,4g fehérje: 0,34g	energia: 2596 kJ (618 kcal) szénhidrát: 37,8g fehérje: 9,4g zsír: 3,8g szénhidrát: 6,4g fehérje: 0,57g	energia: 5596 kJ (1337 kcal) szénhidrát: 62,1g fehérje: 26,4g zsír: 21,1g szénhidrát: 14,5g fehérje: 1,38g
60 Általános iskolai ebéd	Karalábélev 2/1 Lencsés főzelék 2/1 Sült virsli 2/1 Piskóta, csokoládé 2/1	Osztásos 100%-os 2/1 Tarhonyás hús sertsé 2/1 Céklasaláta 2/1	Palócleves 2/1 Burgonyás tészta 2/1 Banán 2/1	Paradicsomleves 2/1 Bábolnai fokhagymás csirkemell 2/1 Burgonyapüré 2/1 Párolt vöröskáposzta 2/1	Sajtkrémleves (t.t.) 2/1 Milánói mákos 2/1
	energia: 7256 kJ (1730 kcal) szénhidrát: 78,6g fehérje: 39,7g zsír: 27,2g szénhidrát: 10,2g fehérje: 1,89g	energia: 5819 kJ (1390 kcal) szénhidrát: 52,7g fehérje: 30,1g zsír: 10,3g szénhidrát: 1,1g fehérje: 1,29g	energia: 7142 kJ (1709 kcal) szénhidrát: 123,5g fehérje: 31,1g zsír: 11,0g szénhidrát: 4,8g fehérje: 0,88g	energia: 7196 kJ (1710 kcal) szénhidrát: 74,3g fehérje: 47,8g zsír: 22,0g szénhidrát: 4,5g fehérje: 1,84g	energia: 7196 kJ (1710 kcal) szénhidrát: 76,1g fehérje: 28,5g zsír: 29,6g szénhidrát: 8,1g fehérje: 1,84g
61 Általános iskolai uzsonna	Sonkakrém 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Uborka 2/1	Joghurt, GYÜMÖLCSÖS 2/1 Kifli, uzsonna 2/1	KEDVENC ÍZEK TURISTA (t.t.) 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Zsemle, olasz, uzsonna 2/1 Jégsaláta-leves 2/1	Lekváros rúd 2/1	Házi húskrém margarinnal 2/1 Magvas barna kenyér 2/1 Uborka 2/1
	energia: 2506 kJ (600 kcal) szénhidrát: 31,5g fehérje: 9,2g zsír: 4,3g szénhidrát: 1,5g fehérje: 0,41g	energia: 2619 kJ (625 kcal) szénhidrát: 51,8g fehérje: 9,1g zsír: 3,7g szénhidrát: 0,0g fehérje: 1,15g	energia: 4079 kJ (975 kcal) szénhidrát: 25,8g fehérje: 10,1g zsír: 12,9g szénhidrát: 0,5g fehérje: 0,61g	energia: 1606 kJ (385 kcal) szénhidrát: 28,5g fehérje: 4,0g zsír: 3,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,00g	energia: 2006 kJ (480 kcal) szénhidrát: 23,5g fehérje: 14,7g zsír: 8,4g szénhidrát: 1,4g fehérje: 0,34g
	energia: 2506 kJ (600 kcal) szénhidrát: 31,5g fehérje: 9,2g zsír: 4,3g szénhidrát: 1,5g fehérje: 0,41g	energia: 2619 kJ (625 kcal) szénhidrát: 51,8g fehérje: 9,1g zsír: 3,7g szénhidrát: 0,0g fehérje: 1,15g	energia: 4079 kJ (975 kcal) szénhidrát: 25,8g fehérje: 10,1g zsír: 12,9g szénhidrát: 0,5g fehérje: 0,61g	energia: 1606 kJ (385 kcal) szénhidrát: 28,5g fehérje: 4,0g zsír: 3,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,00g	energia: 2006 kJ (480 kcal) szénhidrát: 23,5g fehérje: 14,7g zsír: 8,4g szénhidrát: 1,4g fehérje: 0,34g