



Heti étlap

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

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

50. hét 2025.12.08. - 2025.12.12. H - P

Oldal: 1

2025.12.04. 13:59:26

Étkezés

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

59 Általános iskola tízóra	Tej (1,5%) 2/1 Mákos bukta 2/1	Tea citromos 2/1 KEDVENC ÍZEK GÉPSONKA (t.t.) 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Savanyúkáposzta 2/1	Tej (1,5%) 2/1 Lekvár, számolás 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kifli, olasz, tízórai 2/1	Tea gyümölcsös 2/1 KEDVENC ÍZEK SERTÉSMRSU 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Mustár 2/1	Tea citromos 2/1 Tükörtojásos szendvics 2
	energia: 260Kcal/100g szénhidrát: 24,4g fehérje: 10,6g zsír: 7,0g szénhidrát: 19,4g fehérje: 19,4g zsír: 0,27g	energia: 280Kcal/100g szénhidrát: 38,6g fehérje: 12,4g zsír: 7,6g szénhidrát: 6,7g fehérje: 0,90g	energia: 450Kcal/100g szénhidrát: 74,8g fehérje: 14,4g zsír: 10,7g szénhidrát: 9,5g fehérje: 0,42g	energia: 510Kcal/100g szénhidrát: 36,9g fehérje: 13,2g zsír: 11,4g szénhidrát: 6,0g fehérje: 1,55g	energia: 510Kcal/100g szénhidrát: 37,8g fehérje: 10,9g zsír: 5,6g szénhidrát: 6,9g fehérje: 0,39g
60 Általános iskola ebéd	Hamis gulyás leves 2/1 Sárgaborsó főzelék 2/1 Vagdalt pogács a sertéshúsból 2/1 Kakós kevert sütemény 2/1	Paradicsomleves 2/1 Rántott pulykamáj 2/1 Petrezselymes burgonya 2/1 Céklasaláta 2/1	Bakonyi betyárleves 2/1 Káposztás kocka 2/1 Kivi 2/1	Gyümölcsleves 2/1 Rakott burgonya 2/1 Fejeskáposzta saláta 2/1	Kertészeves 2/1 Stroganoff pulyka 2/1 Petrezselymes rizs 2/1 Fejessaláta 2/1
	energia: 1000Kcal/100g szénhidrát: 124,5g fehérje: 50,1g zsír: 33,1g szénhidrát: 24,8g fehérje: 1,10g	energia: 560Kcal/100g szénhidrát: 71,0g fehérje: 30,3g zsír: 4,8g szénhidrát: 2,8g fehérje: 2,24g	energia: 610Kcal/100g szénhidrát: 62,8g fehérje: 24,2g zsír: 14,5g szénhidrát: 10,2g fehérje: 0,77g	energia: 700Kcal/100g szénhidrát: 36,3g fehérje: 22,8g zsír: 23,7g szénhidrát: 4,8g fehérje: 1,84g	energia: 400Kcal/100g szénhidrát: 77,8g fehérje: 13,3g zsír: 3,2g szénhidrát: 6,8g fehérje: 0,68g
62 Általános iskola ebéd B	Hamis gulyásleves 2/1 Hévízi aprópecsenye 2/1 Főtt burgonya 2/1 Csmege uborka 2/1	Paradicsomleves 2/1 Alpesi sertészelet 2/1 Petrezselymes rizs 2/1 Céklasaláta 2/1	Bakonyi betyárleves 2/1 Almás-fahéjas gombóc 2/1 Kivi 2/1	Gyümölcsleves 2/1 Sertéspörkölt feltét 2/1 Párolt bulgur 3 Fejeskáposzta saláta 2/1	Kertészeves 2/1 Milánói makaróni 2/1
	energia: 620Kcal/100g szénhidrát: 67,5g fehérje: 26,1g zsír: 23,9g szénhidrát: 2,9g fehérje: 1,48g	energia: 660Kcal/100g szénhidrát: 83,8g fehérje: 35,6g zsír: 17,2g szénhidrát: 2,8g fehérje: 2,17g	energia: 470Kcal/100g szénhidrát: 83,2g fehérje: 15,3g zsír: 12,2g szénhidrát: 10,0g fehérje: 1,13g	energia: 360Kcal/100g szénhidrát: 130,0g fehérje: 36,1g zsír: 42,8g szénhidrát: 0,98g	energia: 550Kcal/100g szénhidrát: 67,4g fehérje: 30,3g zsír: 21,3g szénhidrát: 5,7g fehérje: 1,65g
61 Általános iskola uzsonna	KEDVENC ÍZEK OLASZ (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Percs, SAJTOS 2/1 Narancs 2/1	Lilahagymás-petrezselymes hákrém 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uzsonna)	SAJTMESTER sajtkrém 2/1 Kifli, korpás, uzsonna 2/1	KEDVENC ÍZEK ZALA 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Retek, fehér 2/1
	energia: 260Kcal/100g szénhidrát: 24,4g fehérje: 10,6g zsír: 7,0g szénhidrát: 19,4g fehérje: 19,4g zsír: 0,27g	energia: 60Kcal/100g szénhidrát: 1,0g fehérje: 1,0g zsír: 0,1g szénhidrát: 0,1g fehérje: 0,1g	energia: 40Kcal/100g szénhidrát: 1,0g fehérje: 1,0g zsír: 0,1g szénhidrát: 0,1g fehérje: 0,1g	energia: 360Kcal/100g szénhidrát: 130,0g fehérje: 36,1g zsír: 42,8g szénhidrát: 0,98g	energia: 550Kcal/100g szénhidrát: 67,4g fehérje: 30,3g zsír: 21,3g szénhidrát: 5,7g fehérje: 1,65g