



Heti étlap

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

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

11. hét 2026.03.09. - 2026.03.13. H - P

Oldal: 1

2026.03.02. 10:03:02

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskolai tízóra	Tej (1,5%) 2/1 Vaníliás-mákos párna T.K. 2/1	Tea citromos 2/1 KEDVENC ÍZEK SOPRONI (t.t.) 2/1 Liga margarin 2/1 Kenyer, rozs 2/1 (tízórai, uzsonna) Retek, hónapos 2/1	Tea csipkebogyó 2/1 Bundás kenyér 2/1	Tea, zöld 2/1 KEDVENC ÍZEK PAPRIKÁS DIÁKCSEMEGE (t.t.) 2/1 Kenyer, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Zöldhagyma 2/1	Kakó 2/1 FELVÁGOTT, BOTOND SONKA 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kifli, korpás, tízórai 2/1
	energia: 2596kJ/615kcal szénhidrát: 32,8g fehérje: 9,6g zsír: 14,8g szénhidrát: 32,8g fehérje: 9,6g zsír: 14,8g	energia: 3696kJ/882kcal szénhidrát: 50,4g fehérje: 9,5g zsír: 20,7g szénhidrát: 50,4g fehérje: 9,5g zsír: 20,7g	energia: 2676kJ/639kcal szénhidrát: 39,8g fehérje: 11,0g zsír: 6,5g szénhidrát: 39,8g fehérje: 11,0g zsír: 6,5g	energia: 5106kJ/1215kcal szénhidrát: 65,4g fehérje: 19,5g zsír: 6,5g szénhidrát: 65,4g fehérje: 19,5g zsír: 6,5g	energia: 5106kJ/1215kcal szénhidrát: 33,4g fehérje: 17,4g zsír: 14,5g szénhidrát: 33,4g fehérje: 17,4g zsír: 14,5g
60 Általános iskolai ebéd	Daragaluska leves 2/1 Lencs e fészék 2/1 Sertés pörkölt feltét 2/1 Kókusz kókka 60 gr 2/1	Paradicsomleves rizs szem tészta al 2/1 Tavaszi sertészelet 2/1 Petrezselymes rizs 2/1	Tyúk húsleves 2/1 Darás metélt 2/1 Gyümölcs saláta 2/1	Zöldborsóleves 2/1 Rántott sertészelet 2/1 Rizs köret paprika csikkal 2/1 Csemege uborka 2/1	Gombaleves 2/1 Milándi makaróni 2/1 Üdítő 0,2 dl 2/1
	energia: 5716kJ/1363kcal szénhidrát: 109,2g fehérje: 54,6g zsír: 19,0g szénhidrát: 109,2g fehérje: 54,6g zsír: 19,0g	energia: 6016kJ/1440kcal szénhidrát: 81,8g fehérje: 34,5g zsír: 6,0g szénhidrát: 81,8g fehérje: 34,5g zsír: 6,0g	energia: 6016kJ/1440kcal szénhidrát: 133,6g fehérje: 49,5g zsír: 33,2g szénhidrát: 133,6g fehérje: 49,5g zsír: 33,2g	energia: 5106kJ/1215kcal szénhidrát: 77,5g fehérje: 40,6g zsír: 7,0g szénhidrát: 77,5g fehérje: 40,6g zsír: 7,0g	energia: 6016kJ/1440kcal szénhidrát: 84,2g fehérje: 33,3g zsír: 5,0g szénhidrát: 84,2g fehérje: 33,3g zsír: 5,0g
62 Általános iskolai ebéd B	Daragaluska leves 2/1 Mediterrán zöldséges tészta 2/1 Banán 2/1	Paradicsomleves rizs szem tészta al 2/1 Sült csirkecomb 2/1 Petrezselymes burgonya 2/1 Fejes káposzta saláta 2/1	Tyúk húsleves 2/1 Páztortorlebbencek kóbszal 2/1 Csemege uborka 2/1 Gyümölcs saláta 2/1	Zöldborsóleves 2/1 Töltött dagadó 2/1 Burgonyapüré 2/1	Gombaleves 2/1 Párizsi hal 2/1 Hagymás burgonya 2/1 Fejes káposzta saláta 2/1 Üdítő 0,2 dl 2/1
	energia: 5706kJ/1359kcal szénhidrát: 111,3g fehérje: 18,1g zsír: 4,2g szénhidrát: 111,3g fehérje: 18,1g zsír: 4,2g	energia: 4916kJ/1180kcal szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g	energia: 6106kJ/1460kcal szénhidrát: 112,2g fehérje: 54,0g zsír: 12,8g szénhidrát: 112,2g fehérje: 54,0g zsír: 12,8g	energia: 5056kJ/1210kcal szénhidrát: 77,5g fehérje: 28,3g zsír: 9,2g szénhidrát: 77,5g fehérje: 28,3g zsír: 9,2g	energia: 6016kJ/1440kcal szénhidrát: 88,4g fehérje: 36,7g zsír: 9,9g szénhidrát: 88,4g fehérje: 36,7g zsír: 9,9g
61 Általános iskolai uzsonna	KEDVENC ÍZEK SERTÉSPARIZSI (t.t.) 2/1 Vajkrém, póránhagymás 2/1 Zsemle, uzsonna 2/1 Uborka 2/1	Fahéjas csiga 2/1 Mandarin 2/1	KEDVENC ÍZEK ZÖLDSEGES SZÉLET (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Zsemle, császárs 2/1 Jégsaláta-leves 2/1	Házi gyümölcs túrókrém 2/1 Kifli, olasz, uzsonna 2/1	Croissant csokis 2/1 Alma 2/1
	energia: 4916kJ/1180kcal szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g	energia: 4916kJ/1180kcal szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g	energia: 4916kJ/1180kcal szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g	energia: 4916kJ/1180kcal szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g	energia: 4916kJ/1180kcal szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g szénhidrát: 65,9g fehérje: 32,8g zsír: 10,7g