



Heti étlap

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

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

17. hét 2026.04.20. - 2026.04.24. H - P

Oldal: 1

2026.03.30. 15:31:09

Étkezés

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

59 Általános iskola tízórá	Tej (1,5%) 2/1 KEDVENC ÍZEK SERTÉSPÁRIZSI (t.t.) 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, usz onna)	Tea citromos 2/1 KEDVENC ÍZEK MÁJAS (t.t.) 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, usz onna) Lilahagyma 2/1	Karamellás tej 2/1 Sajt, Trappista 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Zsemle, tízórai 2/1	Tea gyümölcsös 2/1 Bundás kenyér 2/1	Tej (1,5%) 2/1 Nesquik csokigolyó 2/1
	energia: 20,8g szénhidrát: 65,3g fehérje: 2,2g zsír/telítettség: 13,7g/4g sós: 1,06g	energia: 9,0g szénhidrát: 50,8g fehérje: 21,1g zsír/telítettség: 6,5g/4g sós: 1,29g	energia: 21,5g szénhidrát: 43,5g fehérje: 12,1g zsír/telítettség: 19,7g/2g sós: 1,29g	energia: 11,0g szénhidrát: 39,8g fehérje: 6,0g zsír/telítettség: 5,2g/0g sós: 0,44g	energia: 9,1g szénhidrát: 37,0g fehérje: 16,1g zsír/telítettség: 4,2g/0g sós: 0,20g
60 Általános iskola ebéd	Csontleves oármattéttel 2/1 Sárgaborsó főzelék 2/1 Sültkolbász 2/1 Piskóta szelet, KAKAÓS 2/1	Gombaleves 2/1 Paprikás csirkemell ragu 2/1 Tésztaköret kagyló 2/1 Vegyes gyümölcs kompót 2/1	Darált húsléves zöldséggel 2/1 Darás metélt 2/1 Alma 2/1	Zsemlegombóc leves 2/1 Övriszertés szelet 2/1 Főtt burgonya 2/1 Zöldbabsaláta 2/1	Brokkoli leves 2/1 Rántott sertés szelet 2/1 Párolt rizs 2/1 Csemege uborka 2/1
	energia: 37,4g szénhidrát: 73,8g fehérje: 28,4g/13g zsír/telítettség: 12,9g sós: 0,79g	energia: 29,2g szénhidrát: 93,2g fehérje: 7,7g/0g zsír/telítettség: 32,6g sós: 1,06g	energia: 30,9g szénhidrát: 120,9g fehérje: 10,9g/0g zsír/telítettség: 43,6g sós: 0,79g	energia: 44,5g szénhidrát: 77,8g fehérje: 20,3g/1g zsír/telítettség: 8,1g sós: 2,10g	energia: 44,2g szénhidrát: 112,8g fehérje: 18,2g/0g zsír/telítettség: 1,3g sós: 1,34g
62 Általános iskola ebéd B	Csontleves oármattéttel 2/1 Töltött csirkemell 2/1 Petrezselymes burgonya 2/1 Fejeskaposzta saláta 2/1 Piskóta szelet, KAKAÓS 2/1	Gombaleves 2/1 Zöldségágyon sült tarja 2/1 Petrezselymes rizs 2/1 Vegyes gyümölcs kompót 2/1	Darált húsléves zöldséggel 2/1 Burgonyás tészta 2/1 Alma 2/1	Zsemlegombóc leves 2/1 Csirkés tokány 2/1 Tarhonyaköret 3. Zöldbabsaláta 2/1	Brokkoli leves 2/1 Rácsos halfilé 2/1 Tepsisburgonya 2/1
	energia: 51,0g szénhidrát: 89,8g fehérje: 17,8g/2g zsír/telítettség: 20,9g sós: 1,49g	energia: 14,5g szénhidrát: 103,0g fehérje: 3,2g/0g zsír/telítettség: 32,3g sós: 0,77g	energia: 33,5g szénhidrát: 109,8g fehérje: 11,3g/1g zsír/telítettség: 24,4g sós: 0,94g	energia: 37,9g szénhidrát: 93,6g fehérje: 37,7g/0g zsír/telítettség: 9,3g sós: 1,51g	energia: 19,3g szénhidrát: 78,9g fehérje: 10,8g/0g zsír/telítettség: 1,3g sós: 0,93g
61 Általános iskola uzsonna	Okórszem, csokis 2/1 Alma 2/1	Pogácsa, vajás 2/1 Körte 2/1	KEDVENC ÍZEK FOKHAGYMAS (t.t.) 2/1 Delma multivitámin Light 2/1 Kifli, usz onna 2/1 Uborka 2/1	Vajkrém, magyaros 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, usz onna) Lilahagyma 2/1	Perec, SAJTOS 2/1 Mandarin 2/1
	energia: 51,0g szénhidrát: 20,9g fehérje: 17,8g/2g zsír/telítettség: 20,9g sós: 1,49g	energia: 14,5g szénhidrát: 103,0g fehérje: 3,2g/0g zsír/telítettség: 32,3g sós: 0,77g	energia: 33,5g szénhidrát: 109,8g fehérje: 11,3g/1g zsír/telítettség: 24,4g sós: 0,94g	energia: 37,9g szénhidrát: 93,6g fehérje: 37,7g/0g zsír/telítettség: 9,3g sós: 1,51g	energia: 19,3g szénhidrát: 78,9g fehérje: 10,8g/0g zsír/telítettség: 1,3g sós: 0,93g