



## Heti étlap

17. hét 2026.04.20. - 2026.04.24. H - P

Oldal: 1

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

2026.03.30. 15:23:58

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskolai tízórai	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: 20,8a szénhidrát: 65,3a fehérje: 2,0a zsír/tej/lejt: 13,7a/4a sós: 7,2g 1,06g	energia: 50,8a szénhidrát: 50,8a fehérje: 9,0a zsír/tej/lejt: 6,5a/4a sós: 21,1g 1,29g	energia: 43,5a szénhidrát: 43,5a fehérje: 21,5a zsír/tej/lejt: 19,7a/2a sós: 12,1g 1,29g	energia: 38,8a szénhidrát: 38,8a fehérje: 11,0a zsír/tej/lejt: 5,2a/0a sós: 6,0g 0,44g	energia: 37,0g szénhidrát: 37,0g fehérje: 9,1g zsír/tej/lejt: 4,2a/0a sós: 16,1g 0,20g
60 Általános iskolai ebéd	Csontleves oármattéltel 2/1 Sárgaborsó főzelék 2/1 Sültkolbász 2/1 Piskóta szelet, KAKAÓS 2/1	Gombaleves 2/1 Paprika csirkemell ragu 2/1 Tészta köret kagyló 2/1 Vegyes gyümölcs kompót 2/1	Darált húsvetés zöldséggel 2/1 Darás metélt 2/1 Alma 2/1	Zsemlegombóc leves 2/1 Óvári sertes szelet 2/1 Főtt burgonya 2/1 Zöldbabsaláta 2/1	Brokkoli leves 2/1 Rántott sertes szelet 2/1 Párolt rizs 2/1 Csemege uborka 2/1
	energia: 73,8g szénhidrát: 73,8g fehérje: 37,4g zsír/tej/lejt: 28,4g/13a sós: 0,79g	energia: 57,0a szénhidrát: 53,2g fehérje: 29,2g zsír/tej/lejt: 7,7g/0g sós: 1,06g	energia: 72,0a szénhidrát: 120,9g fehérje: 30,9g zsír/tej/lejt: 10,9g/0g sós: 0,79g	energia: 77,8a szénhidrát: 77,8a fehérje: 44,5g zsír/tej/lejt: 20,3g/1g sós: 2,10g	energia: 82,0a szénhidrát: 112,8g fehérje: 44,2g zsír/tej/lejt: 18,2g/0g sós: 1,3g 1,34g
61 Általános iskolai uzsonna	Okórszem, csokis 2/1 Alma 2/1	Pogácsa, vajas 2/1 Körte 2/1	KEDVENC ÍZEK FOKHAGYMAS (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kfeli, 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: 43,1g szénhidrát: 43,1g fehérje: 4,2g zsír/tej/lejt: 3,8g/1a sós: 22,2g 0,35g	energia: 22,0a szénhidrát: 29,3g fehérje: 4,0g zsír/tej/lejt: 8,3g/0g sós: 6,2g 0,00g	energia: 34,0a szénhidrát: 40,7g fehérje: 11,4g zsír/tej/lejt: 12,8g/6g sós: 0,1g 1,17g	energia: 58,8a szénhidrát: 58,8a fehérje: 12,3g zsír/tej/lejt: 7,0g/4g sós: 0,5g 0,38g	energia: 35,5g szénhidrát: 35,5g fehérje: 6,3g zsír/tej/lejt: 4,9g/1g sós: 1,0g 0,48g
	energia: 20,8a szénhidrát: 65,3a fehérje: 2,0a zsír/tej/lejt: 13,7a/4a sós: 7,2g 1,06g	energia: 50,8a szénhidrát: 50,8a fehérje: 9,0a zsír/tej/lejt: 6,5a/4a sós: 21,1g 1,29g	energia: 43,5a szénhidrát: 43,5a fehérje: 21,5a zsír/tej/lejt: 19,7a/2a sós: 12,1g 1,29g	energia: 38,8a szénhidrát: 38,8a fehérje: 11,0a zsír/tej/lejt: 5,2a/0a sós: 6,0g 0,44g	energia: 37,0g szénhidrát: 37,0g fehérje: 9,1g zsír/tej/lejt: 4,2a/0a sós: 16,1g 0,20g