



Heti étlap

18. hét 2026.04.27. - 2026.05.01. H - P

Oldal: 1

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

2026.03.30. 15:25:12

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 Lekvár, sárgabarack 2/1 Lige margarin 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Tea, zöld 2/1 PICK GASTRO CSEMEGE (t.l.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Paprika TV 2/1	Tea citromos 2/1 KEDVENC ÍZEK ZALA 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Zsemle, korpás 2/1	Tea csipkebogyó 2/1 Házi húskrém margarinnal 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Retek, hónapos 2/1	
	energia: 458kCal/2007kJ szénhidrát: 84,1g fehérje: 17,1g zsír/telítettség: 6,5g/1g cukor: 26,5g sósó: 0,70g	energia: 587kCal/2450kJ szénhidrát: 67,1g fehérje: 18,7g zsír/telítettség: 17,0g/8g cukor: 7,9g sósó: 0,61g	energia: 265kCal/1108kJ szénhidrát: 56,1g fehérje: 10,5g zsír/telítettség: 13,5g/2g cukor: 20,6g sósó: 0,56g	energia: 408kCal/1713kJ szénhidrát: 84,4g fehérje: 20,8g zsír/telítettség: 5,3g/0g cukor: 6,5g sósó: 0,53g	energia: 268kCal/1119kJ szénhidrát: 44,7g fehérje: 12,3g zsír/telítettség: 7,0g/1g cukor: 18,1g sósó: 0,62g
60 Általános iskolai ebéd	Zöldes tojásleves 2/1 Tejfőlé-skapros tök főzelék 2/1 Pulykapörköt 2/1 Kókuszkecske 2/1	Sajtkrémleves 2/1 Búbaszűz 2/1 Törtburgonya 2/1 Céklasaláta 2/1	Hús-gombócleves 2/1 Sajtos metélt 2/1 Őszibaracklé 100%-os 2/1	Hamisgulyásleves 2/1 Budapesti ragu 2/1 Párolt bulgur 2/1 Ecetes dinnye 2/1	
	energia: 578kCal/2405kJ szénhidrát: 52,9g fehérje: 38,2g zsír/telítettség: 17,1g/1g cukor: 15,0g sósó: 1,01g	energia: 717kCal/2998kJ szénhidrát: 64,0g fehérje: 36,5g zsír/telítettség: 20,2g/0g cukor: 7,9g sósó: 1,96g	energia: 767kCal/3208kJ szénhidrát: 89,3g fehérje: 42,1g zsír/telítettség: 22,7g/0g cukor: 3,3g sósó: 1,57g	energia: 2752kCal/11472kJ szénhidrát: 83,7g fehérje: 31,8g zsír/telítettség: 10,2g/1g cukor: 4,1g sósó: 0,79g	energia: 668kCal/2783kJ szénhidrát: 56,2g fehérje: 47,2g zsír/telítettség: 22,6g/0g cukor: 6,9g sósó: 1,51g
61 Általános iskolai uzsonna	Joghurt, GYUMOLCSOS 2/1 Kifli, uzsonna 2/1	Croissant vanília 2/1 Narancs 3	Vajkrém, zöldfűszeres 2/1 Kenyér, teljes kiőrlésű 2/1 Uborka 2/1	Kakaós csiga 2/1 Banán 2/1	
	energia: 290kCal/1215kJ szénhidrát: 51,8g fehérje: 9,1g zsír/telítettség: 3,7g/0g cukor: 0,0g sósó: 1,15g	energia: 317kCal/1326kJ szénhidrát: 44,2g fehérje: 9,8g zsír/telítettség: 9,6g/4g cukor: 31,5g sósó: 0,40g	energia: 167kCal/698kJ szénhidrát: 27,8g fehérje: 5,0g zsír/telítettség: 1,0g/0g cukor: 0,0g sósó: 0,38g	energia: 408kCal/1713kJ szénhidrát: 83,6g fehérje: 5,9g zsír/telítettség: 12,5g/0g cukor: 5,2g sósó: 0,09g	energia: 268kCal/1119kJ szénhidrát: 32,4g fehérje: 10,2g zsír/telítettség: 12,1g/0g cukor: 0,0g sósó: 1,83g
	energia: 290kCal/1215kJ szénhidrát: 51,8g fehérje: 9,1g zsír/telítettség: 3,7g/0g cukor: 0,0g sósó: 1,15g	energia: 317kCal/1326kJ szénhidrát: 44,2g fehérje: 9,8g zsír/telítettség: 9,6g/4g cukor: 31,5g sósó: 0,40g	energia: 167kCal/698kJ szénhidrát: 27,8g fehérje: 5,0g zsír/telítettség: 1,0g/0g cukor: 0,0g sósó: 0,38g	energia: 408kCal/1713kJ szénhidrát: 83,6g fehérje: 5,9g zsír/telítettség: 12,5g/0g cukor: 5,2g sósó: 0,09g	energia: 268kCal/1119kJ szénhidrát: 32,4g fehérje: 10,2g zsír/telítettség: 12,1g/0g cukor: 0,0g sósó: 1,83g