



Heti étlap - DIÉTÁS

25. hét 2026.06.15. - 2026.06.19. H - P

Oldal: 1

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

2026.05.31. 19:58:45

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 Müzlík ev érék GYÜMÖLCSŐS 2/1	Tea citromos 2/1 Méz 2/1 Liga margarin 2/1 Zs emle, tízórai 2/1	Tejes kávé 2/1 Ök örs zem, vanília 2/1	Tea gyümölcsös 2/1 KEDVENC ÍZEK SERTÉSMRSLI (t.t.) 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uszonna) Mustár 2/1	Tej (1,5%) 2/1 KEDVENC ÍZEK CSIRKESONKA (t.t.) 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, teljes kiőrlésű 2/1 Paradicsom 2/1
	energia: 269kCal/100g szénhidrát: 36,8g fehérje: 10,6g zsír/lel/lett: 7,4g/1g cukor: 16,6g só: 0,35g	energia: 269kCal/100g szénhidrát: 63,0g fehérje: 5,4g zsír/lel/lett: 3,4g/1g cukor: 32,6g só: 0,17g	energia: 267kCal/100g szénhidrát: 43,2g fehérje: 10,6g zsír/lel/lett: 5,8g/1g cukor: 17,4g só: 0,61g	energia: 569kCal/200g szénhidrát: 65,8g fehérje: 24,1g zsír/lel/lett: 20,0g/0g cukor: 6,0g só: 2,25g	energia: 269kCal/100g szénhidrát: 36,8g fehérje: 16,7g zsír/lel/lett: 9,0g/2g cukor: 7,1g só: 1,13g
60 Általános iskolai ebéd	Tarhonyaleves, zöldséges 2/1 Tejfőles-kapros tök főzelék 2/1 Sertés pörkölt feltét 2/1 Almás pite 2/1	Gyümölcsleves 2/1 Csirkemáj rizottó 2/1 Céklasaláta 1	Darálthúsleves zöldséggel 2/1 Túrógombóc 2/1 Csersznye 2/1	Zöldborsólevessel csipetkével 2/1 Amerikai csirke 2/1 Párolt riz 2/1 Fejeskáposzta saláta 2/1	Karalábéleves 2/1 Ázsiai csirkehúsos tésza 2/1
	energia: 419kCal/160g szénhidrát: 38,1g fehérje: 28,8g zsír/lel/lett: 13,2g/0g cukor: 2,7g só: 1,32g	energia: 627kCal/240g szénhidrát: 87,3g fehérje: 32,8g zsír/lel/lett: 13,8g/0g cukor: 34,8g só: 1,47g	energia: 267kCal/100g szénhidrát: 25,8g fehérje: 20,7g zsír/lel/lett: 8,3g/0g cukor: 8,4g só: 0,80g	energia: 706kCal/280g szénhidrát: 98,8g fehérje: 46,1g zsír/lel/lett: 12,6g/0g cukor: 14,5g só: 1,17g	energia: 466kCal/180g szénhidrát: 74,4g fehérje: 14,7g zsír/lel/lett: 4,5g/1g cukor: 10,4g só: 0,49g
62 Általános iskolai ebéd B	Tarhonyaleves, zöldséges 2/1 Sült pulykaszárnnyal, comb 2/1 Törtburgonya 2/1 Zöldborsósaláta 2/1	Gyümölcsleves 2/1 Párizsi csirkemell 2/1 Petrezselymes burgonya 2/1 Céklasaláta 2/1	Darálthúsleves zöldséggel 2/1 Párizsi csirkemell 2/1 Csemes uborka 2/1 Csersznye 2/1	Zöldborsólevessel csipetkével 2/1 Óvári sertés szelet 2/1 Főtt burgonya 2/1 Vegyes gyümölcs kompót 2/1	Karalábéleves 2/1 Rántott sajt 2/1 Rizskörlet paprika csíkkal 2/1 Tartármártás 2/1
	energia: 516kCal/200g szénhidrát: 67,5g fehérje: 36,5g zsír/lel/lett: 5,3g/1g cukor: 7,9g só: 0,86g	energia: 627kCal/240g szénhidrát: 86,9g fehérje: 33,7g zsír/lel/lett: 8,0g/0g cukor: 34,8g só: 1,62g	energia: 719kCal/280g szénhidrát: 93,2g fehérje: 35,6g zsír/lel/lett: 20,2g/1g cukor: 9,4g só: 1,77g	energia: 706kCal/280g szénhidrát: 86,8g fehérje: 44,5g zsír/lel/lett: 18,9g/1g cukor: 34,3g só: 1,75g	energia: 456kCal/180g szénhidrát: 78,9g fehérje: 41,6g zsír/lel/lett: 45,3g/0g cukor: 7,8g só: 3,53g
61 Általános iskolai uzsonna	Sajt, Trappista 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uszonna) Paprika TV 2/1	Vajkrém, zöldbúzses 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uszonna) Paradicsom 2/1	Körözött tehéntúróból 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uszonna) Lilahagyma paprika 2/1	Pizzás csiga 2/1 Szilva 2/1	PADLISSANKRÉM 2/1 Zsemle, uszonna 2/1
	energia: 419kCal/160g szénhidrát: 38,1g fehérje: 28,8g zsír/lel/lett: 13,2g/0g cukor: 2,7g só: 1,32g	energia: 627kCal/240g szénhidrát: 87,3g fehérje: 32,8g zsír/lel/lett: 13,8g/0g cukor: 34,8g só: 1,47g	energia: 267kCal/100g szénhidrát: 25,8g fehérje: 20,7g zsír/lel/lett: 8,3g/0g cukor: 8,4g só: 0,80g	energia: 706kCal/280g szénhidrát: 98,8g fehérje: 46,1g zsír/lel/lett: 12,6g/0g cukor: 14,5g só: 1,17g	energia: 466kCal/180g szénhidrát: 74,4g fehérje: 14,7g zsír/lel/lett: 4,5g/1g cukor: 10,4g só: 0,49g