

MENZA Tisztasági: [Precíz Kft.] - 6000 Kecskemét, Katona József ter 8. 2026.05.31. 20.05.29						
37/2014 (IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!						
Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
59 Általános iskola tízórá	Tej (1,5%) 2/1 Műlik ev érék GYÜMÖLCSÖS 2/1	Tea citromos 2/1 Méz 2/1 Liga margarin 2/1 Zsemle, tízórai 2/1	Tejes kávé 2/1 Ökös zsem, v aniliás 2/1	Tea gyümölcsös 2/1 KEDVENC ÍZEK SERTÉSMRSLU (t.t.) 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, us onna) 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: 266kcal/100g szénhidrát: 36,8g fehérje: 10,6g zsír/tej/tej: 7,4g/1a sós: 0,35g	energia: 306kcal/100g szénhidrát: 63,0g fehérje: 5,4g zsír/tej/tej: 3,4g/1a sós: 0,17g	energia: 267kcal/100g szénhidrát: 43,2g fehérje: 10,6g zsír/tej/tej: 5,8g/1a sós: 0,81g	energia: 266kcal/100g szénhidrát: 36,8g fehérje: 10,6g zsír/tej/tej: 7,4g/1a sós: 0,35g	energia: 266kcal/100g szénhidrát: 36,8g fehérje: 10,6g zsír/tej/tej: 7,4g/1a sós: 0,35g	energia: 266kcal/100g szénhidrát: 36,8g fehérje: 10,6g zsír/tej/tej: 7,4g/1a sós: 0,35g
60 Általános iskola 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	Daráltúsleves zöldséggel 2/1 Túrós gombóc 2/1 Cserszegnyelvény 2/1	Zöldborsóleves csipetkével 2/1 Amerikai csirke 2/1 Párolt riz 2/1 Fejeskáposzta saláta 2/1	Karalábéleves 2/1 Ázsiai csirkehúsos tészta 2/1	
	energia: 416kcal/100g szénhidrát: 38,1g fehérje: 28,8g zsír/tej/tej: 13,2g/0a sós: 1,32g	energia: 637kcal/100g szénhidrát: 87,3g fehérje: 32,8g zsír/tej/tej: 13,8g/0g sós: 1,47g	energia: 266kcal/100g szénhidrát: 25,8g fehérje: 20,7g zsír/tej/tej: 8,3g/0g sós: 0,80g	energia: 1706kcal/100g szénhidrát: 98,6g fehérje: 46,1g zsír/tej/tej: 12,6g/0g sós: 1,17g	energia: 1466kcal/100g szénhidrát: 74,4g fehérje: 14,7g zsír/tej/tej: 4,5g/1g sós: 0,48g	
62 Általános iskola ebéd B	Tarhonyaleves, zöldséges 2/1 Sült pulykaszárm, comb 2/1 Törtburgonya 2/1 Zöldbabsaláta 2/1	Gyümölcsleves 2/1 Párizsi csirkemell 2/1 Petrezselymes burgonya 2/1 Céklasaláta 2/1	Daráltúsleves zöldséggel 2/1 Páslóorombénc kólbászsal 2/1 Cserszegnyelvény 2/1	Zöldborsóleves csipetkével 2/1 Óvári sertészelet 2/1 Főtt burgonya 2/1 Vegyes gyümölcs kompót 2/1	Karalábéleves 2/1 Rántott sajt 2/1 Rizskörlet paprika csirkével 2/1 Tartármártás 2/1	
	energia: 416kcal/100g szénhidrát: 67,5g fehérje: 38,9g zsír/tej/tej: 5,3g/1a sós: 7,9g 0,86g	energia: 637kcal/100g szénhidrát: 86,9g fehérje: 33,7g zsír/tej/tej: 8,0g/0g sós: 1,62g	energia: 266kcal/100g szénhidrát: 93,2g fehérje: 35,6g zsír/tej/tej: 20,2g/1g sós: 1,77g	energia: 1706kcal/100g szénhidrát: 98,6g fehérje: 44,5g zsír/tej/tej: 16,9g/1g sós: 1,75g	energia: 1466kcal/100g szénhidrát: 78,9g fehérje: 41,8g zsír/tej/tej: 45,3g/0g sós: 3,53g	
61 Általános iskola uzsonna	Sajt, Trappista 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, us onna) Paprika TV 2/1	Vajkrém, zöldséges 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, us onna) Paradicsom 2/1	Korozott tehéntúróból 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, us onna) Lilahagymakarikák 2/1	Pizzás csiga 2/1 Szilva 2/1	PADLI ZSANKRÉM 2/1 Zsemle, us onna 2/1	
	energia: 519kcal/100g szénhidrát: 81,8g fehérje: 23,5g zsír/tej/tej: 18,4g/2g sós: 1,41g	energia: 378kcal/100g szénhidrát: 60,5g fehérje: 12,5g zsír/tej/tej: 1,9g/0g sós: 0,38g	energia: 266kcal/100g szénhidrát: 32,1g fehérje: 12,0g zsír/tej/tej: 8,8g/0g sós: 0,79g	energia: 2306kcal/100g szénhidrát: 30,1g fehérje: 4,3g zsír/tej/tej: 9,5g/0g sós: 0,40g	energia: 2576kcal/100g szénhidrát: 47,0g fehérje: 8,1g zsír/tej/tej: 3,5g/0g sós: 0,25g	
10 Középiskola vacsora	Gombás pulykamell 3. Tészta körlet szárvacska 3	Tojásrántotta kolbászal 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Paradicsom 3	Lasagne 3	Sült hurka, kólbász 3 Törtburgonya 3 Cserszegnyelvény 3	Lasagne csirkehúsos 3	