



Heti étlap

24. hét 2026.06.08. - 2026.06.12. H - P

Oldal: 1

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

2026.05.31. 19:51:25

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskolai tízórá	Tea, zöld 2/1 Sajtkrém, s nidinges 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, usz onna) Paradicsom 2/1	Tea gyümölcsös 2/1 Bundás kenyér 2/1	Kakao 2/1 Vaj, teavaj 2/1 Kalács, fonott 2/1	Tea citromos 2/1 KEDVENC ÍZEK SOPRONI (t.t.) 2/1 Lige margarin 2/1 Zsemle, usz onna 2/1 Paprika TV 2/1	Tej (1,5%) 2/1 Mákos búrkifli 2/1
	energia: 437Kcal/100g szénhidrát: 66,5g fehérje: 12,7g zsír: 2,2g szénhidrát: 6,2g fehérje: 2,2g zsír: 0,4g	energia: 265Kcal/100g szénhidrát: 39,8g fehérje: 11,0g zsír: 5,2g szénhidrát: 6,0g fehérje: 0,4g	energia: 463Kcal/100g szénhidrát: 44,8g fehérje: 13,9g zsír: 19,0g szénhidrát: 18,1g fehérje: 0,6g	energia: 408Kcal/100g szénhidrát: 70,2g fehérje: 12,8g zsír: 9,0g szénhidrát: 22,4g fehérje: 0,6g	energia: 305Kcal/100g szénhidrát: 35,2g fehérje: 9,8g zsír: 16,1g szénhidrát: 16,1g fehérje: 0,5g
60 Általános iskolai ebéd	Daragaluskaleves 2/1 Zoldborsófőzelék 2/1 Sültvirsli 2/1 Kókuszkecske 2/1	Zoldbableves 2/1 Bolognai spagetti 2/1 Narancslé, ebédhez 2/1	Sertésraguleves 2/1 Burgonyás tészta 2/1 Mogyoró 2/1	Sóska leves 2/1 Mogyorós sültcsirke 2/1 Párolt rizs 2/1 Fejeskáposzta saláta 2/1 Őszibaracklé 100%-os 2/1	Brokkoli leves 2/1 Pulykapörköt 2/1 Tésztaörörső 2/1 Ubornasaláta 2/1
	energia: 710Kcal/300g szénhidrát: 58,2g fehérje: 34,5g zsír: 29,3g szénhidrát: 24,6g fehérje: 2,0g zsír: 2,0g	energia: 69Kcal/100g szénhidrát: 110,7g fehérje: 32,1g zsír: 24,4g szénhidrát: 10,4g fehérje: 1,4g	energia: 63Kcal/100g szénhidrát: 102,9g fehérje: 29,2g zsír: 13,3g szénhidrát: 8,8g fehérje: 0,9g	energia: 66Kcal/100g szénhidrát: 98,1g fehérje: 46,3g zsír: 15,1g szénhidrát: 20,1g fehérje: 1,0g	energia: 716Kcal/300g szénhidrát: 104,2g fehérje: 41,1g zsír: 11,5g szénhidrát: 12,5g fehérje: 0,8g
61 Általános iskolai uzsonna	Kakao csiga 2/1 Narancs 2/1	PICK GASTRO PAPRIKAS (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Zsemle, usz onna 2/1 Ubornasaláta 2/1	Sajt, MEDVE SONKAS 2/1 Kifli, usz onna 2/1 Retek, fehér 2/1	Sajtos kifli 2/1 Benán 2/1	KEDVENC ÍZEK ALPESI SZALAM (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, usz onna) Paradicsom 2/1
	energia: 301Kcal/100g szénhidrát: 45,3g fehérje: 4,9g zsír: 24,5g szénhidrát: 12,7g fehérje: 0,0g zsír: 0,0g	energia: 46Kcal/100g szénhidrát: 47,8g fehérje: 17,2g zsír: 0,3g szénhidrát: 16,3g fehérje: 0,3g zsír: 0,3g	energia: 30Kcal/100g szénhidrát: 40,8g fehérje: 8,4g zsír: 0,9g szénhidrát: 2,4g fehérje: 1,1g	energia: 30Kcal/100g szénhidrát: 64,6g fehérje: 6,7g zsír: 2,1g szénhidrát: 6,3g fehérje: 1,3g	energia: 50Kcal/100g szénhidrát: 60,5g fehérje: 19,8g zsír: 0,3g szénhidrát: 15,8g fehérje: 7g zsír: 1,0g
	energia: 301Kcal/100g szénhidrát: 45,3g fehérje: 4,9g zsír: 24,5g szénhidrát: 12,7g fehérje: 0,0g zsír: 0,0g	energia: 46Kcal/100g szénhidrát: 47,8g fehérje: 17,2g zsír: 0,3g szénhidrát: 16,3g fehérje: 0,3g zsír: 0,3g	energia: 30Kcal/100g szénhidrát: 40,8g fehérje: 8,4g zsír: 0,9g szénhidrát: 2,4g fehérje: 1,1g	energia: 30Kcal/100g szénhidrát: 64,6g fehérje: 6,7g zsír: 2,1g szénhidrát: 6,3g fehérje: 1,3g	energia: 50Kcal/100g szénhidrát: 60,5g fehérje: 19,8g zsír: 0,3g szénhidrát: 15,8g fehérje: 7g zsír: 1,0g