

 Heti étlap		38. hét 2026.09.14. - 2026.09.18. H - P		Oldal: 1	
Tulajdonos: [Precíz Kft.] - 6000 Kecskemét, Katona József tér 8.		37/2014 (IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!		2026.08.31. 12:37:59	
Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskolai tízóra	Tej (1,5%) 2/1 Ökörsem, vaníliás 2/1	Tea citromos 2/1 PICK GASTRO PAPRIKÁS (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uzsonna) Paradicsompaprika 2/1	Tea, zöldség 2/1 Méz 2/1 Liga margarin 2/1 Kifli, korpás, tízórai 2/1	Tea csipkebogyó 2/1 KEDVENC ÍZEK SERTÉSMÁRS 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Mustár 2/1	Karamellás tej 2/1 Liga margarin 2/1 Kalács, fonnott 2/1
	energia: 259kcal/100g szénhidrát: 32,1g fehérje: 8,7g zsír: 5,0g szénhidrát: 10,1g fehérje: 5,0g zsír: 0,5g	energia: 143kcal/100g szénhidrát: 52,3g fehérje: 14,3g zsír: 17,7g szénhidrát: 20,7g fehérje: 0,9g	energia: 201kcal/100g szénhidrát: 36,3g fehérje: 3,4g zsír: 4,8g szénhidrát: 18,1g fehérje: 0,1g	energia: 478kcal/100g szénhidrát: 65,7g fehérje: 19,1g zsír: 12,0g szénhidrát: 6,5g fehérje: 1,7g	energia: 355kcal/100g szénhidrát: 41,8g fehérje: 10,2g zsír: 8,8g szénhidrát: 15,8g fehérje: 0,8g
60 Általános iskolai ebéd	Paradicsomleves 2/1 Zöldbabfőzelék 2/1 Pulykapörkölt 2/1 Kókuszkecska 2/1	Fokhagymakrémleves 2/1 Rántott sertésszelet 2/1 Párolt rizs 2/1 Kínai kel-saláta 2/1 Almáé, ebédhez 100% 2/1	Gulyásleves 2/1 Túrógombóc 2/1 Szilva 2/1	Csontleves csirkecombos 2/1 Rakott burgonya 2/1 Céklasaláta 2/1	Csibarakó 100%-os 2/1 Matrózhús 2/1 Petrezselymes rizs 2/1 Uborkasaláta 2/1
	energia: 426kcal/100g szénhidrát: 78,0g fehérje: 37,7g zsír: 13,4g szénhidrát: 16,1g fehérje: 1,0g	energia: 471kcal/100g szénhidrát: 290,4g fehérje: 41,5g zsír: 18,8g szénhidrát: 40,1g fehérje: 1,3g	energia: 271kcal/100g szénhidrát: 86,4g fehérje: 27,7g zsír: 10,0g szénhidrát: 12,9g fehérje: 1,6g	energia: 607kcal/100g szénhidrát: 83,5g fehérje: 23,7g zsír: 21,8g szénhidrát: 3,1g fehérje: 3,1g	energia: 607kcal/100g szénhidrát: 85,5g fehérje: 31,1g zsír: 19,3g szénhidrát: 8,1g fehérje: 1,2g
62 Általános iskolai ebéd B	Paradicsomleves 2/1 Bakonyi sertésszelet 2/1 Tésztakörlet szarvaskecska 2/1	Fokhagymakrémleves 2/1 Milánói makaróni 2/1 Almáé, ebédhez 100% 2/1	Gulyásleves 2/1 Páztortarhonya kolbászsálla 2/1 Szilva 2/1	Csontleves csirkecombos 2/1 Csirkés tokány 2/1 Tésztakörlet csipkebogyós 2/1 Céklasaláta 2/1	Csibarakó 100%-os 2/1 Reszelt csirkemáj 2/1 Főtt burgonya 2/1
	energia: 476kcal/100g szénhidrát: 92,3g fehérje: 36,0g zsír: 16,1g szénhidrát: 4,8g fehérje: 1,0g	energia: 751kcal/100g szénhidrát: 208,5g fehérje: 33,0g zsír: 30,8g szénhidrát: 31,2g fehérje: 1,7g	energia: 271kcal/100g szénhidrát: 82,8g fehérje: 30,8g zsír: 16,1g szénhidrát: 3,8g fehérje: 1,2g	energia: 606kcal/100g szénhidrát: 70,0g fehérje: 32,8g zsír: 35,2g szénhidrát: 3,8g fehérje: 2,0g	energia: 455kcal/100g szénhidrát: 40,5g fehérje: 26,8g zsír: 5,1g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,5g
61 Általános iskolai uzsonna	Sajt, Trappista 2/1 Liga margarin 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Paprika TV 2/1	Tojáskrém 2/1 Zsemle, olasz, uzsonna 2/1 Uborka 2/1	KEDVENC ÍZEK GEPSONKA (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Paradicsom 2/1	Fatörzs kifli 2/1 Alma 2/1	KEDVENC ÍZEK KISKARPATI RUD (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Zsemle, uzsonna 2/1 Jégsaláta-leveles 2/1
	energia: 476kcal/100g szénhidrát: 92,3g fehérje: 36,0g zsír: 16,1g szénhidrát: 4,8g fehérje: 1,0g	energia: 751kcal/100g szénhidrát: 208,5g fehérje: 33,0g zsír: 30,8g szénhidrát: 31,2g fehérje: 1,7g	energia: 271kcal/100g szénhidrát: 82,8g fehérje: 30,8g zsír: 16,1g szénhidrát: 3,8g fehérje: 1,2g	energia: 606kcal/100g szénhidrát: 70,0g fehérje: 32,8g zsír: 35,2g szénhidrát: 3,8g fehérje: 2,0g	energia: 455kcal/100g szénhidrát: 40,5g fehérje: 26,8g zsír: 5,1g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,5g