

 Heti étlap		39. hét 2026.09.21. - 2026.09.25. 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. 12:41:32	
Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
59 Általános iskolai tízóra	Tej (1,5%) 2/1 Ízes búka 2/1	Tea, zöld 2/1 Sörakkrém 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Tej (1,5%) 2/1 Cserbóna Karamellás gabona pehely 2/1	Tea gyümölcsös 2/1 PICK GASTRO CSEMEGE (t.t.) 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Magvas barna kenyér 2/1 Paprika TV 2/1	Tejeskávész 2/1 Körözött tehéntúróból 2/1 Zsemle, tízórai 2/1
	energia: 510kJ szénhidrát: 26,4g fehérje: 5,1g cukor: 19,6g zsír: 2,3g szénhidrát: 19,6g fehérje: 5,1g cukor: 19,6g zsír: 2,3g	energia: 652kJ szénhidrát: 65,2g fehérje: 14,6g cukor: 6,1g zsír: 4,8g szénhidrát: 6,1g fehérje: 14,6g cukor: 6,1g zsír: 4,8g	energia: 2052kJ szénhidrát: 27,7g fehérje: 7,1g cukor: 15,4g zsír: 3,2g szénhidrát: 15,4g fehérje: 7,1g cukor: 15,4g zsír: 3,2g	energia: 3584kJ szénhidrát: 31,8g fehérje: 12,4g cukor: 7,9g zsír: 20,0g szénhidrát: 7,9g fehérje: 12,4g cukor: 7,9g zsír: 20,0g	energia: 3584kJ szénhidrát: 51,8g fehérje: 19,4g cukor: 14,4g zsír: 8,2g szénhidrát: 14,4g fehérje: 19,4g cukor: 14,4g zsír: 8,2g
60 Általános iskolai ebéd	Daragaluska leves 2/1 Gyümölcsmártás 2/1 Főtt hús 2/1 Túrós rétes 2/1	Sóska leves 2/1 Pulykasült, comb 2/1 Petrezselymes burgonya 2/1 Narancslé 100%-os 2/1	Frankfurti leves 2/1 Sajtos metélt 2/1 Szőlő 2/1	Tarhonyaleves, zöldséges 2/1 Csirkemell francia lecsóval 2/1 Petrezselymes rizs 2/1 Özibaracklé 100%-os 2/1	Szárabb leves 2/1 Serpényös burgonyafőzelék, kolbászal 2/1 Fejlesszáll 2/1
	energia: 1800kJ szénhidrát: 62,5g fehérje: 28,3g cukor: 38,4g zsír: 13,4g szénhidrát: 38,4g fehérje: 28,3g cukor: 38,4g zsír: 13,4g	energia: 600kJ szénhidrát: 73,0g fehérje: 35,0g cukor: 26,6g zsír: 14,3g szénhidrát: 26,6g fehérje: 35,0g cukor: 26,6g zsír: 14,3g	energia: 610kJ szénhidrát: 59,1g fehérje: 34,1g cukor: 30,9g zsír: 33,2g szénhidrát: 30,9g fehérje: 34,1g cukor: 30,9g zsír: 33,2g	energia: 1700kJ szénhidrát: 82,7g fehérje: 40,4g cukor: 2,7g zsír: 9,8g szénhidrát: 2,7g fehérje: 40,4g cukor: 2,7g zsír: 9,8g	energia: 1100kJ szénhidrát: 116,8g fehérje: 43,8g cukor: 8,7g zsír: 32,5g szénhidrát: 8,7g fehérje: 43,8g cukor: 8,7g zsír: 32,5g
62 Általános iskolai ebéd B	Daragaluska leves 2/1 Bánáti aprópecsenye 2/1 Csemege uborka 2/1 Túrós rétes 2/1	Sóska leves 2/1 Rántott gomba, karfiol 2/1 Rizsköröspaprika csikkal 2/1 Tartármártás 2/1 Narancslé 100%-os 2/1	Frankfurti leves 2/1 Darás metélt 2/1 Szőlő 2/1	Tarhonyaleves, zöldséges 2/1 Spagetti paradicsomos szal, húsgombóccal 2/1 Özibaracklé 100%-os 2/1	Szárabb leves 2/1 Alpesi sertésszáll 2/1 Párolt rizs 2/1 Fejlesszáll 2/1
	energia: 1800kJ szénhidrát: 77,9g fehérje: 29,2g cukor: 4,7g zsír: 33,4g szénhidrát: 4,7g fehérje: 29,2g cukor: 4,7g zsír: 33,4g	energia: 640kJ szénhidrát: 97,3g fehérje: 24,2g cukor: 28,3g zsír: 27,5g szénhidrát: 28,3g fehérje: 24,2g cukor: 28,3g zsír: 27,5g	energia: 600kJ szénhidrát: 124,9g fehérje: 26,5g cukor: 51,6g zsír: 22,1g szénhidrát: 51,6g fehérje: 26,5g cukor: 51,6g zsír: 22,1g	energia: 1700kJ szénhidrát: 81,7g fehérje: 22,5g cukor: 5,5g zsír: 12,3g szénhidrát: 5,5g fehérje: 22,5g cukor: 5,5g zsír: 12,3g	energia: 1000kJ szénhidrát: 111,1g fehérje: 52,9g cukor: 8,8g zsír: 29,2g szénhidrát: 8,8g fehérje: 52,9g cukor: 8,8g zsír: 29,2g
61 Általános iskolai uzsonna	Kenőmájas szárnyas 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Paradicsompaprika 2/1	Margarin LIGHT 2/1 Diák kakaós kifli 2/1	KEDVENC IZÉK OLASZ (t.t.) 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Zsemle, uzsonna 2/1 Uborka 2/1	Sajtos kifli 2/1 Szilva 2/1	Sajt, Karaván 2/1 Delma multivitamin Light 2/1 Kenyér, körpás 2/1 (tízórai, uzsonna) Sárgarépa 2/1
	energia: 1800kJ szénhidrát: 77,9g fehérje: 29,2g cukor: 4,7g zsír: 33,4g szénhidrát: 4,7g fehérje: 29,2g cukor: 4,7g zsír: 33,4g	energia: 640kJ szénhidrát: 97,3g fehérje: 24,2g cukor: 28,3g zsír: 27,5g szénhidrát: 28,3g fehérje: 24,2g cukor: 28,3g zsír: 27,5g	energia: 600kJ szénhidrát: 124,9g fehérje: 26,5g cukor: 51,6g zsír: 22,1g szénhidrát: 51,6g fehérje: 26,5g cukor: 51,6g zsír: 22,1g	energia: 1700kJ szénhidrát: 81,7g fehérje: 22,5g cukor: 5,5g zsír: 12,3g szénhidrát: 5,5g fehérje: 22,5g cukor: 5,5g zsír: 12,3g	energia: 1000kJ szénhidrát: 111,1g fehérje: 52,9g cukor: 8,8g zsír: 29,2g szénhidrát: 8,8g fehérje: 52,9g cukor: 8,8g zsír: 29,2g