



Heti étlap

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

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

43. hét 2026.10.19. - 2026.10.23. H - P

Oldal: 1

2026.10.05. 13:10:08

Étkezés

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

59 Általános iskolai tízóra	Tej (1,5%) 2/1 Vajkrém, magyaros 2/1 Kifli, korpás, tízórai 2/1 Lilahagyma karika 2/1	Tea citromos 2/1 Felvágott, PRITAMINOS CSIRKEMELL 2/1 Margarin LIGHT 2/1 Kenyér, rozs 2/1 (tízórai, uzsonna) Paprika TV 2/1	Tejes kávé 2/1 KEDVENC ÍZEK PRÁGAI PULYKASONKA (t.l.) 2/1 Lila margarin 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna)	Tea citromos 2/1 Bundás kenyér 2/1	
	energia: 259Kcal/100g szénhidrát: 26,0g fehérje: 8,8g zsír: 7,5g szénhidrát: 26,0g fehérje: 8,8g zsír: 7,5g	energia: 259Kcal/100g szénhidrát: 52,6g fehérje: 9,7g zsír: 22,3g szénhidrát: 52,6g fehérje: 9,7g zsír: 22,3g	energia: 482Kcal/100g szénhidrát: 76,8g fehérje: 24,1g zsír: 14,7g szénhidrát: 76,8g fehérje: 24,1g zsír: 14,7g	energia: 308Kcal/100g szénhidrát: 53,8g fehérje: 11,0g zsír: 20,5g szénhidrát: 53,8g fehérje: 11,0g zsír: 20,5g	energia: 308Kcal/100g szénhidrát: 48,0g fehérje: 5,4g zsír: 18,6g szénhidrát: 48,0g fehérje: 5,4g zsír: 18,6g
60 Általános iskolai ebéd	Lebbens leves 2/1 Töltött paprika 2/1 Piskótatekercs, lekvárós 2/1	Sajt krémléves 2/1 Levesgyöngy 2/1 Olasz sertéshús 2/1 Tésztaköret makaróni 2/1	Tárkonyos pulycaragó leves 2/1 Kakaókrém gombóc 2/1 Őszi zöldség 100%-os 2/1	Zöldbabléves 2/1 Magyaros sültcsirke 2/1 Törtburgonya 2/1 Kínai keltöltet 2/1	
	energia: 719Kcal/300g szénhidrát: 93,0g fehérje: 28,7g zsír: 29,0g szénhidrát: 93,0g fehérje: 28,7g zsír: 29,0g	energia: 692Kcal/250g szénhidrát: 86,7g fehérje: 41,7g zsír: 13,1g szénhidrát: 86,7g fehérje: 41,7g zsír: 13,1g	energia: 352Kcal/100g szénhidrát: 64,9g fehérje: 24,1g zsír: 9,1g szénhidrát: 64,9g fehérje: 24,1g zsír: 9,1g	energia: 308Kcal/100g szénhidrát: 40,5g fehérje: 12,6g zsír: 1,1g szénhidrát: 40,5g fehérje: 12,6g zsír: 1,1g	energia: 308Kcal/100g szénhidrát: 36,1g fehérje: 17,6g zsír: 5,2g szénhidrát: 36,1g fehérje: 17,6g zsír: 5,2g
62 Általános iskolai ebéd B	Lebbens leves 2/1 Zúzapörölt 2/1 Gulácska, köret 2/1 Sárgarépa káposztasaláta 2/1	Sajt krémléves 2/1 Levesgyöngy 2/1 Rántott pulycaragó 2/1 Petrezselymes burgonya 2/1 Majonéz kukoricasálat 2/1	Tárkonyos pulycaragó leves 2/1 Sajtos metélt 2/1 Őszi zöldség 100%-os 2/1	Zöldbabléves 2/1 Szabolcsi töltött káposzta 2/1 Kenyér, félbarna ebéd 2/1	
	energia: 603Kcal/250g szénhidrát: 144,8g fehérje: 44,1g zsír: 11,9g szénhidrát: 144,8g fehérje: 44,1g zsír: 11,9g	energia: 1119Kcal/450g szénhidrát: 106,9g fehérje: 44,6g zsír: 12,8g szénhidrát: 106,9g fehérje: 44,6g zsír: 12,8g	energia: 692Kcal/250g szénhidrát: 70,4g fehérje: 35,9g zsír: 3,3g szénhidrát: 70,4g fehérje: 35,9g zsír: 3,3g	energia: 308Kcal/100g szénhidrát: 83,3g fehérje: 31,4g zsír: 6,0g szénhidrát: 83,3g fehérje: 31,4g zsír: 6,0g	energia: 619Kcal/250g szénhidrát: 99,1g fehérje: 28,5g zsír: 4,9g szénhidrát: 99,1g fehérje: 28,5g zsír: 4,9g
61 Általános iskolai uzsonna	Sonkakrém 2/1 Zsemle, uzsonna 2/1 Paradis ompaprika 2/1	Croissant sajtos 2/1 Szőlőlé, 0,2 l 2	KEDVENC ÍZEK MAJAS (t.l.) 2/1 Kenyér, félbarna 2/1 (tízórai, uzsonna) Paradisom 2/1	Túrós rúd 2/1 Banán 2/1	
	energia: 603Kcal/250g szénhidrát: 144,8g fehérje: 44,1g zsír: 11,9g szénhidrát: 144,8g fehérje: 44,1g zsír: 11,9g	energia: 1119Kcal/450g szénhidrát: 106,9g fehérje: 44,6g zsír: 12,8g szénhidrát: 106,9g fehérje: 44,6g zsír: 12,8g	energia: 692Kcal/250g szénhidrát: 70,4g fehérje: 35,9g zsír: 3,3g szénhidrát: 70,4g fehérje: 35,9g zsír: 3,3g	energia: 308Kcal/100g szénhidrát: 83,3g fehérje: 31,4g zsír: 6,0g szénhidrát: 83,3g fehérje: 31,4g zsír: 6,0g	energia: 619Kcal/250g szénhidrát: 99,1g fehérje: 28,5g zsír: 4,9g szénhidrát: 99,1g fehérje: 28,5g zsír: 4,9g