



Heti étlap

41. hét 2026.10.05. - 2026.10.09. H - P

Oldal: 1

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

2026.10.05. 16:29:41

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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
07 Középiskola reggeli	Tej (1,5%) 3 Briós 3 energia: 18,3a zsírtartalom: 67,3g fehérje: 10,1a cukor: 20,9g szénhidrát: 0,27g	Tea citromos 3 Sajt, Eidami 3 Delma multivitamin Light 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Paradicsom 3 energia: 36,3a zsírtartalom: 107,7g fehérje: 27,9a cukor: 7,8g szénhidrát: 0,86g	Kakaó 3 Lekvár, szamócsa 3 Delma multivitamin Light 3 Zsemle, reggeli 3 energia: 20,0a zsírtartalom: 103,1g fehérje: 14,8a cukor: 17,4g szénhidrát: 0,55g	Tea gyümölcsös 3 KEDVENC ÍZEK ZALA 3 Margarin LIGHT 3 Kifli, olasz, reggeli 3 Uborka 3 energia: 17,9a zsírtartalom: 73,9g fehérje: 19,3a cukor: 8,1g szénhidrát: 0,77g	Tej (1,5%) 3 Kakas madárka 3 energia: 9,8a zsírtartalom: 34,2g fehérje: 12,9a cukor: 11,6g szénhidrát: 0,27g
08 Középiskola ebéd	Rizs leves 3 Zöldborsó-főzelék 3 Sült vöröshagyma 3 Túrórudi 3 energia: 38,5a zsírtartalom: 35,7g fehérje: 33,9a cukor: 22,2g szénhidrát: 2,53g	Sárgaborsó leves 3 Milánói makaróni 3 Őszibaracklé 100%-os 3 energia: 51,6g zsírtartalom: 110,2g fehérje: 35,2g cukor: 4,8g szénhidrát: 2,17g	Palócleves 3 Tarka-barkakalács v. anília sodóval 3 Szilva 3 energia: 37,2g zsírtartalom: 140,6g fehérje: 19,0g cukor: 47,9g szénhidrát: 1,50g	Zöldségleves 3 Rántott gomba, karfiol 2/1 Petrezselymes rizs 3 Tartármártás 3 energia: 22,3g zsírtartalom: 109,4g fehérje: 37,5g cukor: 4,1g szénhidrát: 1,62g	Meggy leves 3 Sajt- és krumpli 3 Törtburgonya 3 Cukkini-saláta 3 energia: 50,0g zsírtartalom: 94,0g fehérje: 15,5g cukor: 29,2g szénhidrát: 1,72g
11 Középiskola ebéd B	Rizs leves 3 Pulykapörkölt 3 Tésztaköret szarvaska 3 Fejeskáposzta-saláta 3 energia: 40,3g zsírtartalom: 94,3g fehérje: 8,9a cukor: 14,9g szénhidrát: 1,03g	Sárgaborsó leves 3 Zöldséges göngyöltés 2/1 Petrezselymes burgonya 3 Uborka-saláta 3 Őszibaracklé 100%-os 3 energia: 35,6g zsírtartalom: 78,8g fehérje: 11,8g cukor: 12,4g szénhidrát: 0,99g	Palócleves 3 Sörtes kakaó 3 Szilva 3 energia: 44,4g zsírtartalom: 109,5g fehérje: 33,0g cukor: 5,5g szénhidrát: 1,65g	Zöldségleves 3 Dömsödi májas hús 3 Főtt burgonya 3 Zöldbabsaláta 3 energia: 37,8g zsírtartalom: 88,7g fehérje: 44,4g cukor: 9,5g szénhidrát: 2,82g	Meggy leves 3 Fokhagymás penne 3 energia: 42,2g zsírtartalom: 93,1g fehérje: 27,5g cukor: 21,7g szénhidrát: 1,40g
10 Középiskola vacsora	Sült csirkemell 3 Rizsköret paprika csíkkal 3 Cukkini-saláta 3 energia: 40,3g zsírtartalom: 94,3g fehérje: 8,9a cukor: 14,9g szénhidrát: 1,03g	Frankfurti rakott káposzta 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) energia: 35,6g zsírtartalom: 78,8g fehérje: 11,8g cukor: 12,4g szénhidrát: 0,99g	PIZZA SONKÁS 3 energia: 44,4g zsírtartalom: 109,5g fehérje: 33,0g cukor: 5,5g szénhidrát: 1,65g	Budapest ragu 3 Párolt bulgur v. egyetemes zöldséggel 3 energia: 37,8g zsírtartalom: 88,7g fehérje: 44,4g cukor: 9,5g szénhidrát: 2,82g	