

 Heti étlap		42. hét 2026.10.12. - 2026.10.16. 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!				2026.10.05. 16:31:46	
Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
07 Középiskola reggeli	Tej (1,5%) 3 Liga margarin 3 Kalács, fonott 3	Tea citromos 3 KEDVENC ÍZEK SAJTOS PÁRIZSI 3 Margarin LIGHT 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Retek, fehér 3	Tea, zöld 3 PICK GASTRO PAPRIKÁS (l.t.) 3 Liga margarin 3 Zsemle, reggeli 3	Tea gyümölcsös 3 KEDVENC ÍZEK SERTÉSVIRSLI 3 Kenyér, félbarna 3 (reggeli, vacsora) Mustár 3	Karamellás tej 3 Kelt almás csiga 3
	energia: 679Kcal/100g fehérje: 16,9g zsír: 68,5g szénhidrát: 16,8g só: 1,17g	energia: 819Kcal/100g fehérje: 26,9g zsír: 14,7g szénhidrát: 8,0g só: 0,93g	energia: 609Kcal/100g fehérje: 21,5g zsír: 69,7g szénhidrát: 8,3g só: 0,52g	energia: 891Kcal/100g fehérje: 37,4g zsír: 106,7g szénhidrát: 8,0g só: 3,21g	energia: 839Kcal/100g fehérje: 24,9g zsír: 130,2g szénhidrát: 28,8g só: 0,73g
08 Középiskola ebéd	Tarhonya leves, zöldes 3 Lencs e főzelék 3 Sült kolbász 3 Mézes puszadli 3	Zellerkrémleves 3 Leves gyöngy 3 Kínai pulyk aragu 3 Párolt rizs 3	Gulyásleves 3 Túrós tészta 3 Gyümölcs saláta 3	Csontleves céranmetélttel 3 Hentes tokány 3 Tésztaköret csopfoska 3	Fahéjas szilvaleves 3 Fokhagymás aprópecsenye 3 Főtt burgonya 3 Káposztás káposztasaláta 3
	energia: 1347Kcal/100g fehérje: 59,0g zsír: 158,0g szénhidrát: 37,2g só: 1,01g	energia: 1070Kcal/100g fehérje: 22,0g zsír: 148,3g szénhidrát: 19,3g só: 2,67g	energia: 819Kcal/100g fehérje: 51,7g zsír: 128,0g szénhidrát: 22,8g só: 1,16g	energia: 889Kcal/100g fehérje: 45,7g zsír: 98,2g szénhidrát: 23,2g só: 2,12g	energia: 879Kcal/100g fehérje: 34,3g zsír: 85,9g szénhidrát: 14,1g só: 0,88g
11 Középiskola ebéd B	Tarhonya leves, zöldes 3 Csirkecomb Bercy-módra 3 Tésztaköret orsó 3 Uborkasaláta 3	Zellerkrémleves 3 Leves gyöngy 3 Óvái sertésszelet 3 Petrezselymes burgonya 3 Vegyes gyümölcskompót 3	Gulyásleves 3 Darás metélt 3 Gyümölcs saláta 3	Csontleves céranmetélttel 3 Mustáros halfilé 3 Törtburgonya 3 Csemege uborka 3	Fahéjas szilvaleves 3 Rántott csirkemell 3 Riz-biz 3 Káposztás káposztasaláta 3
	energia: 879Kcal/100g fehérje: 54,2g zsír: 113,3g szénhidrát: 17,9g só: 1,93g	energia: 1169Kcal/100g fehérje: 53,1g zsír: 128,8g szénhidrát: 33,8g só: 2,64g	energia: 809Kcal/100g fehérje: 36,2g zsír: 157,4g szénhidrát: 11,5g só: 1,17g	energia: 839Kcal/100g fehérje: 17,1g zsír: 77,4g szénhidrát: 4,5g só: 1,12g	energia: 1079Kcal/100g fehérje: 43,7g zsír: 113,0g szénhidrát: 10,5g só: 1,49g
10 Középiskola vacsora	Bakonyi sertésszelet 3 Petrezselymes rizs 3	Rakott burgonya 3 Fejes káposztasaláta 3	Lecsó virslivel 3 Tarhonyaköret 3	Hamburger 3 Narancslé 100%-os 3	
	energia: 879Kcal/100g fehérje: 54,2g zsír: 113,3g szénhidrát: 17,9g só: 1,93g	energia: 1169Kcal/100g fehérje: 53,1g zsír: 128,8g szénhidrát: 33,8g só: 2,64g	energia: 809Kcal/100g fehérje: 36,2g zsír: 157,4g szénhidrát: 11,5g só: 1,17g	energia: 839Kcal/100g fehérje: 17,1g zsír: 77,4g szénhidrát: 4,5g só: 1,12g	