

Heti étlap 2023.09.18. - 2023.09.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00145) Iskola	Forralt tej , Zsemle , Mogyorókrém			Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér , Magyaros vajkrém, Paradicsom			Tejeskávé , Kuglóf			Citromos tea , Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Fokhagymás felvágott, Paprika			Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Halász Bizánci sonka, Kígyóuborka		
		Energia: 259,07 Kcal / 1 082,91 KJ			Energia: 270,41 Kcal / 1 130,31 KJ			Energia: 241,01 Kcal / 1 007,42 KJ			Energia: 279,36 Kcal / 1 167,72 KJ			Energia: 243,50 Kcal / 1 017,83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5,40 g	0,84 g	1,66 g	5,33 g	8,16 g	0,11 g	4,83 g	4,95 g	1,63 g	7,59 g	6,94 g	2,06 g	7,33 g	4,74 g	1,63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,78 g	0,29 g	0,51 g	43,15 g	14,99 g	0,75 g	42,98 g	14,99 g	0,02 g	44,75 g	18,00 g	1,33 g	41,69 g	14,99 g	0,97 g		
1,6,7,8			1,7			1,3,7			1,(6),(7)			1				
Ebéd	(00145) Iskola	Palócleves, Fodrosmetélt, Mákszórás , Gyümölcs			Tavaszi zöldségleves , Fejtett babfőzelék , Sült virslí, Nápolyi			Zöldborsóleves , Petrezselymes burgonya , Rántott halrud , Csíki öntet			Burgonyaleves , Paradicsom mártás , Húsgombóc, Müzliszelet, gyümölcsös			Májgombóc leves , Tejberizs , Kakaószórat		
		Energia: 804,45 Kcal / 3 362,60 KJ			Energia: 737,74 Kcal / 3 083,75 KJ			Energia: 692,85 Kcal / 2 896,11 KJ			Energia: 698,00 Kcal / 2 917,64 KJ			Energia: 389,58 Kcal / 1 628,44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27,80 g	25,50 g	4,65 g	30,40 g	32,90 g	12,88 g	23,95 g	31,85 g	5,43 g	24,13 g	19,22 g	0,50 g	8,47 g	2,60 g	3,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114,49 g	19,98 g	1,67 g	77,81 g	12,99 g	3,99 g	92,87 g	5,33 g	3,98 g	104,85 g	23,98 g	2,72 g	82,49 g	28,19 g	3,15 g		
1,7,8,(5)			1,7,9,10,(3),(5),(6),(8),(12)			1,3,4,9,10,(7),(12)			1,3,9,(5),(6),(7),(8),(11), (12)			1,6,7,9,(3)				
Uzsonna	(00145) Iskola	Kolbászkrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Paprika			Félbarna kenyér , Margarin, Halász Botond Sonka, Kígyóuborka			Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Halász marha párizsi, Paprika			Kifli, Kockasajt			Pogácsa, sajtos		
		Energia: 265,98 Kcal / 1 111,80 KJ			Energia: 163,28 Kcal / 682,51 KJ			Energia: 173,61 Kcal / 725,69 KJ			Energia: 195,52 Kcal / 817,27 KJ			Energia: 228,15 Kcal / 953,67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,04 g	13,56 g	6,72 g	8,70 g	2,32 g	0,00 g	7,38 g	3,72 g	0,81 g	8,32 g	6,56 g	3,72 g	3,08 g	16,37 g	4,47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27,03 g	0,00 g	1,27 g	26,55 g	0,00 g	1,46 g	13,83 g	0,00 g	0,90 g	25,58 g	0,00 g	0,70 g	16,86 g	0,00 g	0,99 g		
1,7,(6)			1,(6),(7)			1,(6),(10)			1,7			1,7,(6),(12)				





Heti étlap 2023.09.18. - 2023.09.22.

FOODELICO Kft

Bablinszki László

Szalontai Zsolt

6000 Kecskemét Tóth László sétány 2.

Főszakács

Élelmezésvezető

