

Heti étlap 2023.09.25. - 2023.09.29.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00145) Iskola	Kakaó, Briós			Gyümölcs tea, Magvas vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika			Vaníliás tej, Fahéjas csiga			Citromos tea, Teljes kiőrlésű kenyér, Halász Husito, Paprika			Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Toast sonka, Paprika		
		Energia: 255,57 Kcal / 1 068,28 Kj			Energia: 334,66 Kcal / 1 398,88 Kj			Energia: 314,45 Kcal / 1 314,40 Kj			Energia: 284,77 Kcal / 1 190,34 Kj			Energia: 225,09 Kcal / 940,88 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6,28 g	4,58 g	3,05 g	8,11 g	13,83 g	3,97 g	4,46 g	12,60 g	1,63 g	10,39 g	6,40 g	3,67 g	7,91 g	2,04 g	0,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48,44 g	19,88 g	0,30 g	42,81 g	14,99 g	0,76 g	43,83 g	11,99 g	0,32 g	45,01 g	18,00 g	1,24 g	42,61 g	14,99 g	0,76 g		
1,3,7			1,7,11,(5),(8)			1,3,7,(15)			1,7			1,(6),(7)				
Ebéd	(00145) Iskola	Gulyásleves, Szilvalekváros gombóc, Félbarna kenyér			Csontleves, Csikós tokány, Párolt bulgur, Csiga tészta, Csemege uborka			Tarhonyaleves, Lencsefőzelék, Vagdalt /sertés/, Túró rudi			Brokkolikrémleves, Sertés rizottó, Levesgyöngy, Trappista sajt			Citromos almaleves, Sertéssült, Tört burgonya, hagymás		
		Energia: 920,28 Kcal / 3 846,77 Kj			Energia: 658,95 Kcal / 2 754,41 Kj			Energia: 631,29 Kcal / 2 638,79 Kj			Energia: 591,99 Kcal / 2 474,52 Kj			Energia: 452,13 Kcal / 1 889,90 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25,84 g	14,73 g	0,37 g	27,44 g	23,02 g	2,99 g	23,78 g	25,99 g	6,00 g	24,73 g	21,31 g	5,47 g	26,55 g	11,25 g	5,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
162,31 g	20,42 g	7,64 g	87,45 g	0,22 g	5,80 g	73,03 g	12,86 g	3,00 g	74,38 g	0,00 g	4,39 g	89,57 g	7,49 g	3,26 g		
1,3,7,9,(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9,10,(5),(8),(11),(12)			1,3,7,(6)			1,7,(6),(12)				
Uzsonna	(00145) Iskola	Teljes kiőrlésű kenyér, Kenőmájas, Kígyóuborka			Félbarna kenyér, Margarin, BBQ Sonka, Paradicsom			Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Krásno Fűdői Füstölt Sonka, Kígyóuborka			Félbarna kenyér, Margarin, Zala felvágott, Paradicsom			Búrkifli, mákos ana		
		Energia: 183,75 Kcal / 768,08 Kj			Energia: 180,11 Kcal / 752,86 Kj			Energia: 136,61 Kcal / 571,03 Kj			Energia: 167,13 Kcal / 698,60 Kj			Energia: 220,10 Kcal / 920,02 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7,36 g	5,00 g	1,80 g	7,60 g	4,54 g	1,54 g	5,08 g	0,80 g	0,13 g	8,20 g	2,64 g	0,89 g	3,65 g	12,00 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26,50 g	0,00 g	1,02 g	26,99 g	0,00 g	1,25 g	26,44 g	0,01 g	1,26 g	27,45 g	0,00 g	1,37 g	22,60 g	0,00 g	0,00 g		
1,(6),(7),(10)			1,(10)			1			1			1,3,7,(5),(8)				





Heti étlap 2023.09.25. - 2023.09.29.

FOODELICO Kft

Bablinszki László

Szalontai Zsolt

6000 Kecskemét Tóth László sétány 2.

Főszakács

Élelmezésvezető

