

Heti étlap 2023.11.27. - 2023.12.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00145) Iskola	Forralt tej , Kakaós csiga			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: 266,27 Kcal / 1 113,01 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4,46 g	0,30 g	1,63 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
31,84 g	0,00 g	0,02 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		
1,3,7,(8),(15)			1,7			1,3,7			1,(6),(7)			1				
Ebéd	(00145) Iskola	Palócleves, Fodrosmetélt, Mákszórás , Gyümölcs			Tavaszi zöldségleves , Hamis töltött káposzta, Félbarna kenyér , Nápolyi			Zöldborsóleves , Petrezselymes burgonya , Rántott halrud , Csíki öntet			Burgonyaleves , Paradicsom mártás , Húsgombóc, Müzliszelet, gyümölcsös			Májgombóc leves , Tejberizs , Kakaószórat		
		Energia: 817,72 Kcal / 3 418,07 KJ			Energia: 728,00 Kcal / 3 043,04 KJ			Energia: 714,06 Kcal / 2 984,77 KJ			Energia: 709,49 Kcal / 2 965,67 KJ			Energia: 405,49 Kcal / 1 694,95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27,80 g	27,00 g	6,15 g	27,81 g	32,96 g	5,82 g	23,95 g	34,25 g	7,83 g	24,13 g	20,52 g	1,80 g	8,47 g	4,40 g	4,81 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	76,70 g	9,99 g	4,32 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)			1,9,(3),(5),(6),(7),(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	Teljes kiőrlésű kenyér , Kolbászkrém , Paprika			Félbarna kenyér , Margarin, Halász Botond Sonka			Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin, Halász marha párizsi, Paprika			Kifli, Kockasajt			Pogácsa, sajtos		
		Energia: 265,98 Kcal / 1 111,80 KJ			Energia: 160,93 Kcal / 672,69 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8,04 g	13,56 g	6,72 g	8,50 g	2,30 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	26,21 g	0,00 g	1,45 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 2023.11.27. - 2023.12.01.

FOODELICO Kft

Bablinszki László

Szalontai Zsolt

6000 Kecskemét Tóth László sétány 2.

Főszakács

Élelmezésvezető

