



Heti étlap 2024.06.03. - 2024.06.07.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|----------------|-----------------------|--|---------------|---------|--|-------------------------|---------|--|----------------|---------|---|----------------------|---------|--|---------|---------|
| Tízórai | (00145) Iskola | Forralt tej , Zsemle, Mogyorókrém | | | Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér , Tonhalkrém | | | Tejeskávé , Kuglóf | | | Citromos tea , Félbarna kenyér , Sajtkrém, Jégcsapretek | | | Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Toast sonka, Zöldhagyma | | |
| | | Energia: 259,07 Kcal / 1 082,91 KJ | | | Energia: 283,81 Kcal / 1 186,33 KJ | | | Energia: 241,01 Kcal / 1 007,42 KJ | | | Energia: 282,37 Kcal / 1 180,31 KJ | | | Energia: 227,31 Kcal / 950,16 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 | 7,49 g | 8,94 g | 3,56 g | 4,83 g | 4,95 g | 1,63 g | 6,25 g | 8,24 g | 4,58 g | 8,04 g | 2,03 g | 0,56 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 | 42,12 g | 14,99 g | 1,04 g | 42,98 g | 14,99 g | 0,02 g | 45,08 g | 18,00 g | 1,10 g | 43,06 g | 14,99 g | 0,76 g | | |
| 1,6,7,8 | | | 1,4,7,10,(12) | | | 1,3,7 | | | 1,7 | | | 1,(6),(7) | | | | |
| Ebéd | (00145) Iskola | Palócleves, Fodrosmetélt, Trappista sajt, Tejföl, Gyümölcs | | | Csontleves, Eperlevél levesbetét, Párolt rizsköret , Temesvári csirkecomb csíkok | | | Hamisgulyás , Sárgaborsó főzelék , Főtt virsli , Túró rudi | | | Karfiolkrémleves , Levesgyöngy, Penne tészta, Bolognai ragu, Trappista sajt | | | Kassai burgonyaleves , Mákos guba , Alma | | |
| | | Energia: 765,40 Kcal / 3 199,37 KJ | | | Energia: 507,01 Kcal / 2 119,30 KJ | | | Energia: 621,96 Kcal / 2 599,79 KJ | | | Energia: 679,80 Kcal / 2 841,56 KJ | | | Energia: 815,77 Kcal / 3 409,92 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 30,31 g | 28,78 g | 9,57 g | 27,73 g | 12,44 g | 5,77 g | 30,94 g | 18,58 g | 8,27 g | 29,88 g | 24,51 g | 6,70 g | 23,49 g | 27,25 g | 11,60 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 94,60 g | 0,00 g | 1,91 g | 91,53 g | 0,00 g | 4,20 g | 81,61 g | 8,72 g | 3,04 g | 83,14 g | 2,40 g | 4,72 g | 112,95 g | 29,97 g | 4,05 g | | |
| 1,7 | | | 1,7,9 | | | 1,7,9,(5),(6),(10),(12) | | | 1,3,7,(6),(12) | | | 1,7,8,9,(5),(6),(12) | | | | |
| Uzsonna | (00145) Iskola | Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Diákcsemege, Paprika | | | Félbarna kenyér , Margarin, Halász Bizánci sonka, Paradicsom | | | Zsemle, Margarin, Zala felvágott, Kígyóuborka | | | Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Kaiser Cigánysonka, Paradicsom | | | Croissan | | |
| | | Energia: 180,18 Kcal / 753,15 KJ | | | Energia: 180,11 Kcal / 752,86 KJ | | | Energia: 172,38 Kcal / 720,55 KJ | | | Energia: 162,41 Kcal / 678,87 KJ | | | Energia: 226,56 Kcal / 947,02 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 6,59 g | 4,86 g | 1,67 g | 7,60 g | 4,54 g | 1,54 g | 8,00 g | 2,47 g | 0,88 g | 9,24 g | 1,02 g | 0,22 g | 2,25 g | 15,80 g | 0,00 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 26,63 g | 0,00 g | 0,75 g | 26,99 g | 0,00 g | 1,16 g | 29,34 g | 0,00 g | 0,91 g | 28,20 g | 0,00 g | 1,21 g | 16,90 g | 3,50 g | 0,20 g | | |
| 1,(6),(7) | | | 1 | | | 1 | | | 1,(6),(7) | | | 1,3,7,(15) | | | | |





Heti étlap 2024.06.03. - 2024.06.07.

FOODELICO Kft

Bablinszki László

Szalontai Zsolt

6000 Kecskemét Tóth László sétány 2.

Főszakács

Élelmezésvezető

