



Heti étlap 2024.06.10. - 2024.06.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00145) Iskola	Kakaó, Briós			Gyümölcs tea, Félbarna kenyér , Sajtkrém, Paradicsom			Vaníliás tej , Fonott kalács			Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Halász Husito, Paprika			Citromos tea , Körözött , Teljes kiőrlésű kenyér , Jégcsapretek		
		Energia: 255,57 Kcal / 1 068,28 KJ			Energia: 272,10 Kcal / 1 137,38 KJ			Energia: 200,45 Kcal / 837,88 KJ			Energia: 273,06 Kcal / 1 141,39 KJ			Energia: 262,22 Kcal / 1 096,08 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	6,23 g	8,26 g	4,59 g	5,36 g	1,45 g	1,63 g	10,41 g	6,40 g	3,67 g	9,96 g	3,47 g	1,55 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	42,66 g	14,99 g	1,07 g	40,48 g	12,17 g	0,02 g	42,23 g	14,99 g	1,24 g	46,39 g	18,00 g	1,29 g		
1,3,7			1,7			1,3,7			1,7			1,7				
Ebéd	(00145) Iskola	Bakonyi betyárleves, Félbarna kenyér , Túrós gombóc, Tejfől, Gyümölcs			Zöldség leves, Orsó tészta, Vadas sertésragu 0,10			Tojásleves , Lencsefőzelék , Vagdalt /sertés/, Müzliszelet, gyümölcsös			Paradicsom leves, Zöldséges bulgur			Burgonyagombóc leves, Rizibizi , Rántott csirkemell		
		Energia: 536,96 Kcal / 2 244,49 KJ			Energia: 602,68 Kcal / 2 519,20 KJ			Energia: 552,52 Kcal / 2 309,53 KJ			Energia: 513,50 Kcal / 2 146,43 KJ			Energia: 604,99 Kcal / 2 528,86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19,93 g	13,35 g	6,02 g	24,29 g	18,77 g	1,97 g	23,94 g	29,30 g	6,65 g	31,24 g	5,54 g	1,22 g	30,26 g	7,31 g	4,39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94,59 g	19,98 g	3,28 g	83,76 g	3,44 g	4,30 g	47,52 g	8,14 g	2,93 g	108,45 g	5,00 g	1,53 g	101,70 g	0,00 g	4,39 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(5),(6),(8),(11), (12)			1,9,(10),(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	(00145) Iskola	Teljes kiőrlésű kenyér , Kolbászkrem , Kígyóuborka			Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Halász marha párizsi, Paprika			Zsemle, Margarin, Krásno Fűdői Füstölt Sonka, Paradicsom			Tepertős pogácsa			Kakaós csiga		
		Energia: 264,41 Kcal / 1 105,23 KJ			Energia: 178,11 Kcal / 744,50 KJ			Energia: 143,24 Kcal / 598,74 KJ			Energia: 446,41 Kcal / 1 865,99 KJ			Energia: 257,18 Kcal / 1 075,01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,00 g	13,52 g	6,72 g	7,78 g	3,87 g	0,91 g	5,18 g	0,47 g	0,04 g	9,30 g	23,00 g	0,00 g	3,80 g	0,00 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26,77 g	0,00 g	1,28 g	27,14 g	0,00 g	0,95 g	29,40 g	0,01 g	0,98 g	49,00 g	0,00 g	3,30 g	30,90 g	0,00 g	0,00 g		
1,7,(6)			1,(6),(10)			1			1,3,7			1,3,7,(8),(15)				





Heti étlap 2024.06.10. - 2024.06.14.

FOODELICO Kft

Bablinszki László

Szalontai Zsolt

6000 Kecskemét Tóth László sétány 2.

Főszakács

Élelmezésvezető

