



Heti étlap 2024.06.24. - 2024.06.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00145) Iskola	Forralt tej , Zsemle, Vajkrém, Sárgabaracklekvár			Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér , Magvas vajkrém, Paradicsom			Kakaó, Vajas pogácsa			Citromos tea , Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Halász Botond Sonka, Paprika			Gyümölcs tea, Füstölt sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Paradicsom		
		Energia: 270,88 Kcal / 1 132,28 KJ			Energia: 335,12 Kcal / 1 400,80 KJ			Energia: 249,07 Kcal / 1 041,11 KJ			Energia: 242,01 Kcal / 1 011,60 KJ			Energia: 273,30 Kcal / 1 142,39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5,93 g	8,65 g	5,50 g	8,07 g	13,81 g	3,98 g	4,33 g	7,73 g	6,53 g	8,45 g	2,58 g	0,10 g	6,92 g	7,87 g	4,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41,86 g	10,86 g	0,51 g	43,01 g	14,99 g	0,76 g	39,14 g	15,44 g	1,27 g	44,75 g	18,00 g	1,25 g	42,50 g	14,99 g	0,94 g		
1,7,(12)			1,7,11,(5),(8)			1,3,7			1,(6),(7)			1,7				
Ebéd	(00145) Iskola	Húsleves , Szilvalekváros gombóc			Zöldségkrémleves , Levesgyöngy, Burgonyapüré, Rántott halrud			Citromos almaleves , Rakott zöldbab, Nápolyi			Zöldborsóleves , Paradicsomos burgonyafőzelék, Húsgombóc, Müzliszelet, gyümölcsös			Babgulyás , Félbarna kenyér , Tejbedara , Kakaószórat		
		Energia: 795,57 Kcal / 3 325,48 KJ			Energia: 460,16 Kcal / 1 923,47 KJ			Energia: 805,29 Kcal / 3 366,11 KJ			Energia: 650,93 Kcal / 2 720,89 KJ			Energia: 669,48 Kcal / 2 798,43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22,58 g	18,20 g	2,15 g	15,43 g	27,03 g	6,58 g	24,80 g	37,72 g	11,33 g	25,86 g	20,44 g	1,68 g	22,28 g	12,06 g	5,02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
127,11 g	19,98 g	7,18 g	37,57 g	0,41 g	3,80 g	91,52 g	17,48 g	0,53 g	89,13 g	9,99 g	4,09 g	116,32 g	41,96 g	2,39 g		
1,3,7,9			1,3,4,7,9,(6),(10)			1,7,(3),(5),(6),(8),(12)			1,3,9,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			1,7,9				
Uzsonna	(00145) Iskola	Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Diákcsemege, Paprika			Félbarna kenyér , Margarin, Halász sertéspárizsi, Kígyóuborka			Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Toast sonka, Kígyóuborka			Kifli, Kockasajt			Túrós batyu		
		Energia: 180,18 Kcal / 753,15 KJ			Energia: 176,70 Kcal / 738,61 KJ			Energia: 160,78 Kcal / 672,06 KJ			Energia: 195,52 Kcal / 817,27 KJ			Energia: 192,36 Kcal / 804,06 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	7,46 g	4,30 g	1,12 g	7,84 g	1,98 g	0,56 g	8,32 g	6,56 g	3,72 g	4,72 g	10,80 g	3,29 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	26,85 g	0,00 g	1,18 g	27,04 g	0,00 g	0,77 g	25,58 g	0,00 g	0,70 g	18,85 g	5,00 g	0,39 g		





Heti étlap 2024.06.24. - 2024.06.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00145) Iskola	1,(6),(7)	1,(6),(7),(10)	1,(6),(7)	1,7	1,6,7,(3)

FOODELICO Kft

Bablinszki László

Szalontai Zsolt

6000 Kecskemét Tóth László sétány 2.

Főszakács

Élelmezésvezető

