Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.27 10:47

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: GIMNÁZIUM "EBÉD"
Dátum: 2026/11/30

Hétfo 2026/11/30	Kedd 2026/12/01	Szerda 2026/12/02	Csütörtök 2026/12/03	Péntek 2026/12/04
Frankfurtileves 366 kcal 1.505 kJ A:Glutén, Tej, Zeller,	**Szamócaleves** 123 kcal 514 kJ A:Glutén,	**Tárkonyos zöldségleves** 187 kcal 748 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Sertéshúsleves** 148 kcal 585 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Brokkolikrémleves** 216 kcal 879 kJ A:Glutén,
Sajtos tejfölös metélt 549 kcal 2.294 kJ A:Glutén, Tej,	**Zöldborsós csirkeragu** 271 kcal 1.133 kJ A:Glutén,	**Fasírt sütoben sütve** 267 kcal 1.118 kJ A:Glutén, Szójabab,	**Húsgombóc paradicsom mártással** 449 kcal 1.877 kJ A:Glutén, Tojás,	**Rántott halfilé sütoben sütve** 313 kcal 1.307 kJ A:Glutén,
Körte 58 kcal 243 kJ	**Párolt rizs** 365 kcal 1.528 kJ	**Lencsefozelék** 396 kcal 1.657 kJ A:Glutén, Tej, Mustár,	**Fott burgonya 1/2 adag** 118 kcal 491 kJ	**Rizibizi** 381 kcal 1.592 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,
	Kenyér teljeskiorlésu 145 kcal 604 kJ A:Glutén,		**Kenyér teljeskiorlésu** 145 kcal 604 kJ A:Glutén,	**Friss saláta** 72 kcal 275 kJ A:Mustár,
Kalória: 972,80 kcal Energia: 4.042,15 kJ Zsír:: 40,3982 g Fehérje: 38,6586 g Szénhidrát: 106,7089 g Só: 2,8373 g Cukor: 18,8905 g Tel.zsírsav: 18,2270 g	Kalória: 903,80kcal Energia: 3.779,60kJ Zsír:: 22,6299 g Fehérje: 36,2318 g Szénhidrát: 127,5501 g Só: 1,7756 g Cukor: 22,2120 g Tel.zsírsav: 2,3871 g	Kalória: 850,44kcal Energia: 3.522,65 kJ Zsír:: 38,1063 g Fehérje: 36,2064 g Szénhidrát: 78,1402 g Só: 2,9467 g Cukor: 11,6633 g Tel.zsírsav: 9,8575 g	Kalória: 858,75kcal Energia: 3.557,37kJ Zsír:: 18,2170 g Fehérje: 48,8235 g Szénhidrát: 117,4004 g Só: 2,4845 g Cukor: 28,1994 g Tel.zsírsav: 3,8704 g	Kalória: 981,54kcal Energia: 4.052,69 kJ Zsír:: 28,3710 g Fehérje: 31,9555 g Szénhidrát: 131,7811 g Só: 2,0340 g Cukor: 20,0413 g Tel.zsírsav: 2,8655 g

Kecskeméti Református
Egyházközség, Kecskemét Szabadság
tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma:
2026.11.27 10:48

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: GIMNÁZIUM "EBÉD ÉRZÉKENY"
Dátum: 2026/11/30

Hétfo 2026/11/30	Kedd 2026/12/01	Szerda 2026/12/02	Csütörtök 2026/12/03	Péntek 2026/12/04
Frankfurtileves 370 kcal 1.521 kJ A:Glutén, Zeller,	**Szamócaleves** 123 kcal 514 kJ A:Glutén,	**Zöldségleves** 97 kcal 367 kJ A:Zeller,	**Sertéshúsleves** 120 kcal 470 kJ A:Zeller,	**Brokkolikrémleves** 207 kcal 839 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab,
Körte 58 kcal 243 kJ	**Zöldborsós csirkeragu** 263 kcal 1.101 kJ A:Glutén,	**Fasírt sütoben sütve** 245 kcal 1.024 kJ A:Glutén, Szójabab,	**Húsgombóc paradicsom mártással** 427 kcal 1.787 kJ A:Glutén, Zeller,	**Rántott halfilé sütoben sütve** 329 kcal 1.376 kJ A:Glutén,
Mákos metélt 523 kcal 2.188 kJ A:Glutén,	**Párolt rizs** 365 kcal 1.528 kJ	**Lencsefozelék** 365 kcal 1.527 kJ A:Glutén, Mustár,	**Fott burgonya 1/2 adag** 118 kcal 491 kJ	**Rizibizi** 379 kcal 1.584 kJ
	Kenyér teljeskiorlésu 145 kcal 604 kJ A:Glutén,		**Kenyér teljeskiorlésu** 145 kcal 604 kJ A:Glutén,	**Friss saláta** 51 kcal 189 kJ A:Mustár,
Kalória: 951,12 kcal Energia: 3.951,49 kJ Zsír:: 38,7411 g Fehérje: 30,3565 g Szénhidrát: 110,9117 g Só: 2,1953 g Cukor: 28,0795 g Tel.zsírsav: 8,0753 g	Kalória: 896,08kcal Energia: 3.747,30kJ Zsír:: 22,5899 g Fehérje: 35,5318 g Szénhidrát: 126,9001 g Só: 1,7756 g Cukor: 21,6620 g Tel.zsírsav: 2,3871 g	Kalória: 706,98kcal Energia: 2.917,48 kJ Zsír:: 29,6975 g Fehérje: 33,1607 g Szénhidrát: 65,8905 g Só: 2,7337 g Cukor: 11,1311 g Tel.zsírsav: 5,6855 g	Kalória: 809,74kcal Energia: 3.352,44kJ Zsír:: 16,2351 g Fehérje: 45,3455 g Szénhidrát: 111,9304 g Só: 2,4719 g Cukor: 27,7984 g Tel.zsírsav: 3,6490 g	Kalória: 965,96kcal Energia: 3.987,54 kJ Zsír:: 31,2855 g Fehérje: 31,3770 g Szénhidrát: 121,3626 g Só: 6,1272 g Cukor: 14,7463 g Tel.zsírsav: 3,0185 g