Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:25

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: INTERNÁTUS "REGGELI"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13
Gyümölcstea 20 kcal 85 kJ	**Gyümölcstea** 20 kcal 85 kJ	**Gyümölcstea** 20 kcal 85 kJ	**Gyümölcstea** 20 kcal 85 kJ	**Gyümölcstea** 20 kcal 85 kJ
Tej 1,5 %-os 92 kcal 385 kJ A:Tej,	**Sertéspárizsi margarin teljeskiorlésu kenyér** 256 kcal 1.070 kJ A:Glutén,	**Májkrém teljeskiorlésu kenyér** 145 kcal 608 kJ A:Glutén,	**Félkemény sajt margarin teljeskiorlésu kenyér** 297 kcal 1.242 kJ A:Glutén, Tej,	**Sajtkrém teljeskiorlésu kenyér** 172 kcal 720 kJ A:Glutén, Tej,
Vajkrém teljeskiorlésu kenyér 188 kcal 785 kJ A:Glutén, Tej,	**Kápia paprika** 8 kcal 33 kJ	**Uborka** 5 kcal 20 kJ	**Paprika** 22 kcal 92 kJ	**Kápia paprika** 8 kcal 33 kJ
Kápia paprika 8 kcal 33 kJ				

Kalória:	307,78 kcal	Kalória:	283,92kcal	Kalória:	170,23kcal	Kalória:	339,28kcal	Kalória:	200,18kcal
Energia:	1.287,10 kJ	Energia:	1.187,34kJ	Energia:	711,90 kJ	Energia:	1.418,83kJ	Energia:	837,13 kJ
Zsír::	8,2200 g	Zsír::	11,4200 g	Zsír::	1,2210 g	Zsír::	13,4200 g	Zsír::	2,4200 g
Fehérje:	13,7770 g	Fehérje:	10,6520 g	Fehérje:	6,1300 g	Fehérje:	16,8920 g	Fehérje:	8,3770 g
Szénhidrát:	43,3390 g	Szénhidrát:	33,4940 g	Szénhidrát:	32,4265 g	Szénhidrát:	33,0540 g	Szénhidrát:	34,9390 g
Só:	0,9860 g	Só:	1,3860 g	Só:	0,6151 g	Só:	1,4060 g	Só:	0,8060 g
Cukor:	15,8620 g	Cukor:	6,0370 g	Cukor:	5,7635 g	Cukor:	5,8770 g	Cukor:	6,5620 g
Tel.zsírsav:	4,8520 g	Tel.zsírsav:	4,6220 g	Tel.zsírsav:	0,2850 g	Tel.zsírsav:	7,9020 g	Tel.zsírsav:	0,8520 g

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:25

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: INTERNÁTUS "REGGELI ÉRZÉKENY"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13
Gyümölcstea 40 kcal 168 kJ	**Gyümölcstea** 40 kcal 168 kJ	**Gyümölcstea** 40 kcal 168 kJ	**Gyümölcstea** 40 kcal 168 kJ	**Gyümölcstea** 40 kcal 168 kJ
Rizstej 118 kcal 491 kJ	**Sertéspárizsi margarin teljeskiorlésu kenyér** 256 kcal 1.070 kJ A:Glutén,	**Májkrém teljeskiorlésu kenyér** 145 kcal 608 kJ A:Glutén,	**Zala felvágott margarin teljeskiorlésu kenyér** 248 kcal 1.038 kJ A:Glutén,	**Margarin teljeskiorlésu kenyér** 171 kcal 715 kJ A:Glutén,
Soproni felvágott margarin teljeskiorlésu kenyér 277 kcal 1.160 kJ A:Glutén,	**Kápia paprika** 8 kcal 33 kJ	**Uborka** 5 kcal 20 kJ	**Paprika** 22 kcal 92 kJ	**Kápia paprika** 8 kcal 33 kJ
Kápia paprika 8 kcal 33 kJ				

Kalória:	443,02 kcal	Kalória:	303,92kcal	Kalória:	190,23kcal	Kalória:	310,48kcal	Kalória:	219,12kcal
Energia:	1.852,68 kJ	Energia:	1.270,98kJ	Energia:	795,54 kJ	Energia:	1.298,39kJ	Energia:	916,35 kJ
Zsír::	15,9200 g	Zsír::	11,4200 g	Zsír::	1,2210 g	Zsír::	10,2200 g	Zsír::	4,2200 g
Fehérje:	11,0520 g	Fehérje:	10,6520 g	Fehérje:	6,1300 g	Fehérje:	11,2920 g	Fehérje:	6,2520 g
Szénhidrát:	62,8840 g	Szénhidrát:	38,4940 g	Szénhidrát:	37,4265 g	Szénhidrát:	38,6140 g	Szénhidrát:	38,0140 g
Só:	1,6110 g	Só:	1,3860 g	Só:	0,6151 g	Só:	1,3860 g	Só:	0,7260 g
Cukor:	19,4070 g	Cukor:	11,0370 g	Cukor:	10,7635 g	Cukor:	10,9170 g	Cukor:	10,8370 g
Tel.zsírsav:	5,5820 g	Tel.zsírsav:	4,6220 g	Tel.zsírsav:	0,2850 g	Tel.zsírsav:	4,0620 g	Tel.zsírsav:	1,9020 g

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:25

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: INTERNÁTUS "EBÉD"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13
Paradicsomleves 162 kcal 676 kJ A:Glutén, Zeller,	**Húsgombóc leves** 133 kcal 528 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Csirkehúsleves** 127 kcal 507 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	**Tojásleves** 134 kcal 507 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	**Tészta köret durum** 407 kcal 1.704 kJ A:Glutén,
Tejfölös sertésragu 251 kcal 1.048 kJ A:Glutén, Tej,	**Székelykáposzta** 453 kcal 1.896 kJ A:Glutén, Tej,	**Halfasírt sütoben sütve** 220 kcal 921 kJ A:Glutén, Tojás, Halak,	**Darálthúsos mexikói bab** 451 kcal 1.885 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Darálthúsleves** 178 kcal 720 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
Kukoricás rizs 452 kcal 1.891 kJ	**Kenyér** 148 kcal 618 kJ A:Glutén,	**Burgonyafozelék** 278 kcal 1.163 kJ A:Glutén, Tej,	**Kenyér** 148 kcal 618 kJ A:Glutén,	**Csirkepaprikás** 189 kcal 791 kJ A:Tej,
		Mandarin 47 kcal 196 kJ		

Kalória:	865,09 kcal	Kalória:	733,71kcal	Kalória:	672,65kcal	Kalória:	732,41kcal	Kalória:	774,84kcal
Energia:	3.615,11 kJ	Energia:	3.042,30kJ	Energia:	2.786,96 kJ	Energia:	3.010,84kJ	Energia:	3.214,30 kJ
Zsír::	31,7203 g	Zsír::	27,4105 g	Zsír::	19,4638 g	Zsír::	14,3122 g	Zsír::	33,1221 g
Fehérje:	33,6130 g	Fehérje:	44,9144 g	Fehérje:	37,9899 g	Fehérje:	39,4490 g	Fehérje:	43,1371 g
Szénhidrát:	104,6824 g	Szénhidrát:	72,3350 g	Szénhidrát:	84,0392 g	Szénhidrát:	102,7537 g	Szénhidrát:	87,2520 g
Só:	1,3129 g	Só:	1,8320 g	Só:	1,3656 g	Só:	2,0006 g	Só:	1,6296 g
Cukor:	13,1844 g	Cukor:	4,3843 g	Cukor:	18,9479 g	Cukor:	7,5014 g	Cukor:	8,8352 g
Tel.zsírsav:	5,7740 g	Tel.zsírsav:	6,0592 g	Tel.zsírsav:	3,7703 g	Tel.zsírsav:	2,1343 g	Tel.zsírsav:	6,3269 g

Kecskeméti Református
Egyházközség, Kecskemét Szabadság
tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma:
2026.11.06 13:26

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: INTERNÁTUS "EBÉD ÉRZÉKENY"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13
Paradicsomleves 162 kcal 676 kJ A:Glutén, Zeller,	**Húsgombóc leves** 129 kcal 513 kJ A:Tojás, Zeller,	**Csirkehúsleves** 127 kcal 507 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	**Tojásleves** 175 kcal 680 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	**Darálthúsleves** 178 kcal 720 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
Sertéstokány 165 kcal 690 kJ	**Székelykáposzta** 432 kcal 1.808 kJ A:Glutén,	**Halfasírt sütoben sütve** 293 kcal 1.226 kJ A:Glutén, Tojás, Halak,	**Darálthúsos mexikói bab** 486 kcal 2.031 kJ A:Glutén,	**Csirkepörkölt** 241 kcal 1.007 kJ
Kukoricás rizs 456 kcal 1.906 kJ	**Kenyér** 148 kcal 618 kJ A:Glutén,	**Burgonyafozelék** 247 kcal 1.034 kJ A:Glutén,	**Kenyér** 148 kcal 618 kJ A:Glutén,	**Tészta köret durum** 490 kcal 2.050 kJ A:Glutén,
		Mandarin 47 kcal 196 kJ		

Kalória:	783,07 kcal	Kalória:	709,04kcal	Kalória:	714,57kcal	Kalória:	808,57kcal	Kalória:	909,25kcal
Energia:	3.272,10 kJ	Energia:	2.939,12kJ	Energia:	2.962,26 kJ	Energia:	3.329,34kJ	Energia:	3.776,38 kJ
Zsír::	24,6594 g	Zsír::	25,3869 g	Zsír::	21,8548 g	Zsír::	19,3832 g	Zsír::	48,5239 g
Fehérje:	30,0948 g	Fehérje:	44,5796 g	Fehérje:	36,0859 g	Fehérje:	40,8340 g	Fehérje:	42,7052 g
Szénhidrát:	105,6233 g	Szénhidrát:	71,0621 g	Szénhidrát:	90,9192 g	Szénhidrát:	109,0007 g	Szénhidrát:	86,6785 g
Só:	1,6314 g	Só:	2,5310 g	Só:	1,8986 g	Só:	2,0026 g	Só:	1,9646 g
Cukor:	15,9524 g	Cukor:	3,8263 g	Cukor:	18,5489 g	Cukor:	9,2834 g	Cukor:	8,5203 g
Tel.zsírsav:	3,7616 g	Tel.zsírsav:	4,8466 g	Tel.zsírsav:	2,0963 g	Tel.zsírsav:	2,6923 g	Tel.zsírsav:	6,5120 g

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:26

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: INTERNÁTUS "VACSORA"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13
Lecsós sertésszelet 296 kcal 1.237 kJ A:Glutén,	**Sajtos tejfölös nudli** 520 kcal 2.177 kJ A:Glutén, Tej,	**Párolt rizs** 287 kcal 1.199 kJ	**Ásványvíz**	
Tört burgonya 277 kcal 1.157 kJ	**Banán** 210 kcal 878 kJ	**Hawai csirkemell** 348 kcal 1.454 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Csemege kolbász margarin zsemle** 270 kcal 1.128 kJ A:Glutén,	
			Almás rúd 175 kcal 731 kJ A:Glutén,	

Kalória:	572,48 kcal	Kalória:	730,49kcal	Kalória:	634,53kcal	Kalória:	444,56kcal	Kalória:	
Energia:	2.394,05 kJ	Energia:	3.054,84kJ	Energia:	2.653,55 kJ	Energia:	1.859,09kJ	Energia:	
Zsír::	20,5555 g	Zsír::	21,1400 g	Zsír::	15,0355 g	Zsír::	17,7445 g	Zsír::	
Fehérje:	29,5130 g	Fehérje:	20,7700 g	Fehérje:	37,4470 g	Fehérje:	11,3315 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	58,7606 g	Szénhidrát:	110,8000 g	Szénhidrát:	64,7926 g	Szénhidrát:	53,3095 g	Szénhidrát:	
Só:	1,6060 g	Só:	2,3000 g	Só:	1,1210 g	Só:	1,1205 g	Só:	
Cukor:	10,9743 g	Cukor:	35,2600 g	Cukor:	0,3793 g	Cukor:	3,4360 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:	3,5460 g	Tel.zsírsav:	9,0300 g	Tel.zsírsav:	5,0520 g	Tel.zsírsav:	8,8705 g	Tel.zsírsav:	

www.tandofer.hu

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:26

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: INTERNÁTUS "VACSORA ÉRZÉKENY"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13
Lecsós sertésszelet 287 kcal 1.201 kJ A:Glutén,	**Morzsás nudli** 601 kcal 2.514 kJ A:Glutén,	**Hawai csirkemell** 220 kcal 920 kJ	**Ásványvíz**	
Tört burgonya 318 kcal 1.330 kJ	**Banán** 210 kcal 878 kJ	**Párolt rizs** 365 kcal 1.528 kJ	**Csemege kolbász margarin zsemle** 270 kcal 1.128 kJ A:Glutén,	
			Almás rúd 175 kcal 731 kJ A:Glutén,	
Kalória: 605,25 kcal Energia: 2.531,09 kJ Zsír:: 25,1355 g Fehérje: 29,3170 g Szénhidrát: 57,2406 g Só: 2,3060 g Cukor: 10,9283 g Tel.zsírsav: 4,0400 g	Kalória: 811,18kcal Energia: 3.392,26kJ Zsír:: 10,3892 g Fehérje: 14,8732 g Szénhidrát: 161,1755 g Só: 2,6590 g Cukor: 65,3250 g Tel.zsírsav: 1,1205 g	Kalória: 585,34kcal Energia: 2.447,85 kJ Zsír:: 15,1633 g Fehérje: 31,3710 g Szénhidrát: 71,4248 g Só: 1,7000 g Cukor: 0,0006 g Tel.zsírsav: 1,5000 g	Kalória: 444,56kcal Energia: 1.859,09kJ Zsír:: 17,7445 g Fehérje: 11,3315 g Szénhidrát: 53,3095 g Só: 1,1205 g Cukor: 3,4360 g Tel.zsírsav: 8,8705 g	Kalória: Energia: Zsír:: Fehérje: Szénhidrát: Só: Cukor: Tel.zsírsav: