Kecskeméti Református
Egyházközség, Kecskemét
Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma:
2026.11.06 13:28

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "A"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13	Szombat 2026/11/14	Vasárnap 2026/11/15
Paradicsomleves 725,97 kJ 192,26 kcal A: Glutén, Zeller,	**Húsgombóc leves** 516,57 kJ 129,75 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Csirkehúsleves** 448,46 kJ 113,46 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	**Tojásleves** 605,42 kJ 157,21 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Darálthúsleves** 525,53 kJ 131,89 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Zöldségleves** 504,47 kJ 129,96 kcal A: Glutén, Zeller, Mustár,	
Tejfölös sertéstokány 753,22 kJ 180,11 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Székelykáposzta** 1.661,32 kJ 397,26 kcal A: Glutén, Tej,	**Halfasírt** 1.016,76 kJ 243,13 kcal A: Glutén, Tojás, Halak,	**Darálthúsos mexikói bab** 1.917,96 kJ 458,63 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Csirkepörkölt** 1.502,09 kJ 359,19 kcal	**Sült sertés** 927,72 kJ 221,84 kcal A: Mustár, Kén-dioxid,	
Kukoricás rizs 1.732,93 kJ 414,39 kcal	**Kenyér** 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	**Burgonyafozelék** 1.194,84 kJ 285,72 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Kenyér** 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	**Tészta köret durum** 1.440,15 kJ 344,38 kcal A: Glutén,	**Lencsefozelék** 1.348,96 kJ 322,57 kcal A: Glutén, Tej, Mustár,	
		Mandarin 294,00 kJ 70,30 kcal				
Kalória: 786,76kcal Energia: 3.212,12kJ Zsír:: 21,9673 g Fehérje: 30,9770 g Szénhidrát: 111,4454 g Só: 2,1424 g Cukor: 19,6134 g Tel.zsírsav: 4,4320 g	Kalória: 674,90kcal Energia: 2.796,34 kJ Zsír:: 24,6077 g Fehérje: 44,3122 g Szénhidrát: 66,4606 g Só: 2,5418 g Cukor: 3,8353 g Tel.zsírsav: 5,7346 g	Kalória: 712,61kcal Energia: 2.954,06 kJ Zsír:: 20,5059 g Fehérje: 38,5055 g Szénhidrát: 89,7685 g Só: 2,3382 g Cukor: 24,0431 g Tel.zsírsav: 3,9253 g	Kalória: 763,73kcal Energia: 3.141,84kJ Zsír:: 16,7681 g Fehérje: 40,9502 g Szénhidrát: 106,0853 g Só: 2,8045 g Cukor: 8,5593 g Tel.zsírsav: 2,1612 g	Kalória: 835,45kcal Energia: 3.467,77kJ Zsír:: 22,8661 g Fehérje: 75,9181 g Szénhidrát: 79,7990 g Só: 2,0774 g Cukor: 7,9822 g Tel.zsírsav: 5,3731 g	Kalória: 674,37kcal Energia: 2.781,15kJ Zsír:: 29,5331 g Fehérje: 42,2898 g Szénhidrát: 49,8358 g Só: 2,2031 g Cukor: 7,3821 g Tel.zsírsav: 8,0565 g	Kalória: Energia: Zsír:: Fehérje: Szénhidrát: Só: Cukor: Tel.zsírsav:

Nyomtatás dátuma:
2026.11.06 13:28

Kecskeméti Református
Egyházközség, Kecskemét
Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "B"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13	Szombat 2026/11/14	Vasárnap 2026/11/15

Paradicsomleves	Húsgombóc leves	Csirkehúsleves	Tojásleves	Darálthúsleves	Burgonyaleves magyaros
725,97 kJ 192,26 kcal	516,57 kJ 129,75 kcal	448,46 kJ 113,46 kcal	605,42 kJ 157,21 kcal	525,53 kJ 131,89 kcal	911,49 kJ 224,18 kcal
A: Glutén, Zeller,	A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	A: Glutén, Tojás, Zeller,	A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,
Keménylebbencs	**Cigánypecsenye**	**Temesvári sertéstokány**	**Búboshús**	**Sült hurka**	**Párizsi csirkemell**
2.453,19 kJ 586,62 kcal	1.143,32 kJ 273,40 kcal	1.139,25 kJ 272,42 kcal	784,03 kJ 187,48 kcal	1.940,40 kJ 464,00 kcal	1.005,54 kJ 240,45 kcal
A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,		A: Glutén, Tej,	A: Glutén, Tojás,		A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,
Csemege uborka	**Sült burgonya**	**Párolt rizs**	**Burgonyapüré**	**Sült kolbász**	**Párolt rizs**
60,22 kJ 14,40 kcal	1.732,92 kJ 414,39 kcal	1.397,01 kJ 334,06 kcal	1.238,07 kJ 296,05 kcal	1.378,77 kJ 329,70 kcal	1.293,26 kJ 309,25 kcal
A: Mustár,		A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	A: Tej,		A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,
		Mandarin	**Kenyér**	**Tepsis burgonya**	**Savanyúság cékla**
		294,00 kJ 70,30 kcal	618,45 kJ 147,89 kcal	1.155,67 kJ 276,35 kcal	163,09 kJ 39,00 kcal
			A: Glutén,		
				Savanyúság vegyes	
				86,98 kJ 20,80 kcal	
				A: Zeller, Mustár,	

Kalória:	793,28kcal	Kalória:	817,53kcal	Kalória:	790,25kcal	Kalória:	788,63kcal	Kalória:	1.222,74kcal	Kalória:	812,88kcal	Kalória:							
Energia:	3.239,38kJ	Energia:	3.392,82 kJ	Energia:	3.278,72 kJ	Energia:	3.245,97kJ	Energia:	5.087,35kJ	Energia:	3.373,38kJ	Energia:							
Zsír::	23,4978 g	Zsír::	29,9698 g	Zsír::	23,0853 g	Zsír::	16,8721 g	Zsír::	47,5953 g	Zsír::	19,1820 g	Zsír::							
Fehérje:	21,6140 g	Fehérje:	40,5876 g	Fehérje:	39,9925 g	Fehérje:	43,2266 g	Fehérje:	49,2790 g	Fehérje:	41,2589 g	Fehérje:							
Szénhidrát:	117,3594 g	Szénhidrát:	59,5039 g	Szénhidrát:	101,5843 g	Szénhidrát:	112,1226 g	Szénhidrát:	66,5958 g	Szénhidrát:	109,4615 g	Szénhidrát:							
Só:	4,0421 g	Só:	2,7125 g	Só:	2,1830 g	Só:	3,8145 g	Só:	5,5464 g	Só:	3,4023 g	Só:							
Cukor:	20,5814 g	Cukor:	3,3811 g	Cukor:	21,2501 g	Cukor:	13,2803 g	Cukor:	13,7856 g	Cukor:	15,5276 g	Cukor:							
Tel.zsírsav:	4,7510 g	Tel.zsírsav:	75,9845 g	Tel.zsírsav:	6,0130 g	Tel.zsírsav:	1,2524 g	Tel.zsírsav:	17,3656 g	Tel.zsírsav:	1,6150 g	Tel.zsírsav:							

Kecskeméti Református
Egyházközség, Kecskemét
Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma:
2026.11.06 13:28

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "C"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13	Szombat 2026/11/14	Vasárnap 2026/11/15
Paradicsomleves 725,97 kJ 192,26 kcal A: Glutén, Zeller,	**Húsgombóc leves** 516,57 kJ 129,75 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Csirkehúsleves** 448,46 kJ 113,46 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	**Tojásleves** 605,42 kJ 157,21 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Darálthúsleves** 525,53 kJ 131,89 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,		
Keménylebbencs vegetáriánus 2.435,99 kJ 582,51 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Túróval töltött zsemle** 2.398,08 kJ 573,44 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	**Tojásropogós** 1.133,31 kJ 271,00 kcal A: Glutén, Tojás,	**Mexikói vegetáriánus bab** 1.798,78 kJ 430,13 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Karfiol paprikás** 747,77 kJ 178,81 kcal A: Glutén, Tej,		
Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,		**Burgonyafozelék** 1.194,84 kJ 285,72 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Kenyér** 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	**Tészta köret durum** 1.440,15 kJ 344,38 kcal A: Glutén,		
		Mandarin 294,00 kJ 70,30 kcal				
Kalória: 789,17kcal Energia: 3.222,18kJ Zsír:: 17,6278 g Fehérje: 24,8890 g Szénhidrát: 122,8894 g Só: 3,3796 g Cukor: 25,2989 g Tel.zsírsav: 2,2160 g	Kalória: 703,19kcal Energia: 2.914,66 kJ Zsír:: 28,6743 g Fehérje: 49,2460 g Szénhidrát: 62,0609 g Só: 1,8275 g Cukor: 21,8193 g Tel.zsírsav: 15,6195 g	Kalória: 740,48kcal Energia: 3.070,61 kJ Zsír:: 26,4124 g Fehérje: 26,3344 g Szénhidrát: 101,5824 g Só: 2,4422 g Cukor: 24,0694 g Tel.zsírsav: 4,1713 g	Kalória: 735,23kcal Energia: 3.022,65kJ Zsír:: 14,1821 g Fehérje: 36,9122 g Szénhidrát: 108,4553 g Só: 2,7310 g Cukor: 8,6793 g Tel.zsírsav: 1,1592 g	Kalória: 655,07kcal Energia: 2.713,44kJ Zsír:: 17,2953 g Fehérje: 34,5590 g Szénhidrát: 85,3178 g Só: 2,1174 g Cukor: 11,7566 g Tel.zsírsav: 4,8526 g	Kalória: Energia: Zsír:: Fehérje: Szénhidrát: Só: Cukor: Tel.zsírsav:	Kalória: Energia: Zsír:: Fehérje: Szénhidrát: Só: Cukor: Tel.zsírsav: