Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:20

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÓVODA "TÍZÓRAI"
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 04-06 éves 28 kcal 118 kJ	**Gyümölcstea 04-06 éves** 28 kcal 118 kJ	**Gyümölcstea 04-06 éves** 28 kcal 118 kJ	**Fatörzs kifli 04-06 éves** 180 kcal 754 kJ A:Glutén,	**Gyümölcstea 04-06 éves** 28 kcal 118 kJ
Vajkrém teljeskiorlésu kenyér 04-06 éves 143 kcal 596 kJ A:Glutén, Tej,	**Sertéspárizsi margarin teljeskiorlésu kenyér 04-06** 156 kcal 654 kJ A:Glutén,	**Májkrém teljeskiorlésu kenyér 04-06 éves** 97 kcal 405 kJ A:Glutén,	**Vaníliás tej 1,5%-os tejbol 04-06 éves** 120 kcal 501 kJ A:Tej,	**Sonka margarin teljeskiorlésu kenyér 04-06 éves** 134 kcal 562 kJ A:Glutén,
Kápia paprika 04-06 éves 4 kcal 16 kJ	**Paprika 04-06 éves** 11 kcal 46 kJ	**Uborka 04-06 éves** 2 kcal 10 kJ		**Kápia paprika 04-06 éves** 4 kcal 16 kJ
Kalória: 174,62 kcal Energia: 730,24 kJ Zsír:: 5,2934 g Fehérje: 4,5031 g Szénhidrát: 26,2983 g Só: 0,5315 g Cukor: 8,0780 g Tel.zsírsav: 2,7180 g	Kalória: 195,59kcal Energia: 817,95kJ Zsír:: 6,3934 g Fehérje: 6,2081 g Szénhidrát: 25,7183 g Só: 0,8140 g Cukor: 7,6580 g Tel.zsírsav: 2,6280 g	Kalória: 127,25kcal Energia: 532,13 kJ Zsír:: 0,7939 g Fehérje: 4,0146 g Szénhidrát: 25,1721 g Só: 0,4086 g Cukor: 7,5088 g Tel.zsírsav: 0,1845 g	Kalória: 300,12kcal Energia: 1.255,05kJ Zsír:: 7,2400 g Fehérje: 10,6900 g Szénhidrát: 47,2740 g Só: 0,4900 g Cukor: 18,8700 g Tel.zsírsav: 4,1950 g	Kalória: 166,52kcal Energia: 696,35 kJ Zsír:: 3,5934 g Fehérje: 7,0881 g Szénhidrát: 25,7783 g Só: 0,8440 g Cukor: 7,5780 g Tel.zsírsav: 1,5880 g

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:20

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÓVODA "TÍZÓRAI 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 04-06 éves 28 kcal 118 kJ	**Gyümölcstea 04-06 éves** 28 kcal 118 kJ	**Gyümölcstea 04-06 éves** 28 kcal 118 kJ	**Vaníliás rizstej 04-06 éves** 122 kcal 510 kJ	**Gyümölcstea 04-06 éves** 28 kcal 118 kJ
Margarin teljeskiorlésu kenyér 04-06 éves 118 kcal 492 kJ A:Glutén,	**Sertéspárizsi margarin teljeskiorlésu kenyér 04-06** 181 kcal 755 kJ A:Glutén,	**Májkrém teljeskiorlésu kenyér 04-06 éves** 121 kcal 505 kJ A:Glutén,	**Fatörzs kifli 04-06 éves** 180 kcal 754 kJ A:Glutén,	**Sonka margarin teljeskiorlésu kenyér 04-06 éves** 134 kcal 562 kJ A:Glutén,
Kápia paprika 04-06 éves 4 kcal 16 kJ	**Paprika 04-06 éves** 11 kcal 46 kJ	**Uborka 04-06 éves** 2 kcal 10 kJ		**Kápia paprika 04-06 éves** 4 kcal 16 kJ
Kalória: 149,65 kcal Energia: 625,84 kJ Zsír:: 3,1934 g Fehérje: 4,0981 g Szénhidrát: 25,4883 g Só: 0,5000 g Cukor: 7,5680 g Tel.zsírsav: 1,4880 g	Kalória: 219,68kcal Energia: 918,68kJ Zsír:: 6,5764 g Fehérje: 7,1571 g Szénhidrát: 30,1633 g Só: 0,9150 g Cukor: 7,7850 g Tel.zsírsav: 2,6700 g	Kalória: 151,33kcal Energia: 632,86 kJ Zsír:: 0,9769 g Fehérje: 4,9636 g Szénhidrát: 29,6171 g Só: 0,5096 g Cukor: 7,6358 g Tel.zsírsav: 0,2265 g	Kalória: 302,17kcal Energia: 1.263,62kJ Zsír:: 6,2400 g Fehérje: 4,0900 g Szénhidrát: 56,6870 g Só: 0,4700 g Cukor: 16,8700 g Tel.zsírsav: 2,1950 g	Kalória: 166,52kcal Energia: 696,35 kJ Zsír:: 3,5934 g Fehérje: 7,0881 g Szénhidrát: 25,7783 g Só: 0,8440 g Cukor: 7,5780 g Tel.zsírsav: 1,5880 g

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:20

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÓVODA 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 04-06 éves 119 kcal 445 kJ A:Glutén, Zeller,	**Húsgombóc leves 04-06 éves** 137 kcal 547 kJ A:Tojás, Zeller,	**Csirkehúsleves 04-06 éves** 144 kcal 577 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	**Tojásleves 04-06 éves** 91 kcal 327 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	**Darálthúsleves 04-06 éves** 136 kcal 544 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
Tejfölös sertéstokány 04-06 éves 159 kcal 663 kJ A:Glutén, Tej,	**Székelykáposzta 04-06 éves** 301 kcal 1.260 kJ A:Glutén, Tej,	**Halfasírt sütoben sütve 04-06 éves** 187 kcal 784 kJ A:Glutén, Tojás, Halak,	**Darálthúsos mexikói bab 04-06 éves** 294 kcal 1.230 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	**Csirkepaprikás 04-06 éves** 158 kcal 661 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,
Kukoricás rizs 04-06 éves 271 kcal 1.133 kJ	**Kenyér 04-06 éves** 123 kcal 515 kJ A:Glutén,	**Burgonyafozelék 04-06 éves** 283 kcal 1.182 kJ A:Glutén, Tej,	**Kenyér 04-06 éves** 74 kcal 309 kJ A:Glutén,	**Tészta köret durum 04-06 éves** 228 kcal 953 kJ A:Glutén,

Kalória:	548,42 kcal	Kalória:	561,38kcal	Kalória:	614,15kcal	Kalória:	458,67kcal	Kalória:	522,23kcal
Energia:	2.241,42 kJ	Energia:	2.321,61kJ	Energia:	2.542,30 kJ	Energia:	1.866,08kJ	Energia:	2.157,90 kJ
Zsír::	16,5774 g	Zsír::	22,5079 g	Zsír::	30,7020 g	Zsír::	11,3083 g	Zsír::	25,4660 g
Fehérje:	19,5792 g	Fehérje:	27,6338 g	Fehérje:	24,6977 g	Fehérje:	26,6581 g	Fehérje:	25,5404 g
Szénhidrát:	75,7860 g	Szénhidrát:	57,7597 g	Szénhidrát:	56,7334 g	Szénhidrát:	58,8104 g	Szénhidrát:	54,2648 g
Só:	0,5914 g	Só:	1,2487 g	Só:	0,9334 g	Só:	0,9605 g	Só:	0,9853 g
Cukor:	10,8750 g	Cukor:	2,5516 g	Cukor:	6,1403 g	Cukor:	4,9055 g	Cukor:	5,6354 g
Tel.zsírsav:	3,4520 g	Tel.zsírsav:	4,1888 g	Tel.zsírsav:	5,1071 g	Tel.zsírsav:	1,6180 g	Tel.zsírsav:	5,4150 g

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:21

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÓVODA "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 04-06 éves 107 kcal 395 kJ A:Glutén, Zeller,	**Húsgombóc leves 04-06 éves** 157 kcal 631 kJ A:Zeller,	**Csirkehúsleves 04-06 éves** 161 kcal 648 kJ A:Zeller,	**Tojásleves 04-06 éves** 91 kcal 327 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	**Darálthúsleves 04-06 éves** 116 kcal 461 kJ A:Zeller,
Kukoricás rizs 04-06 éves 330 kcal 1.379 kJ	**Székelykáposzta 04-06 éves** 261 kcal 1.090 kJ A:Glutén,	**Halfasírt sütoben sütve 04-06 éves** 244 kcal 1.021 kJ A:Glutén, Halak,	**Darálthúsos mexikói bab 04-06 éves** 322 kcal 1.348 kJ A:Glutén,	**Csirkepörkölt 04-06 éves** 132 kcal 553 kJ
Sertéstokány 04-06 éves 157 kcal 658 kJ	**Kenyér 04-06 éves** 123 kcal 515 kJ A:Glutén,	**Burgonyafozelék 04-06 éves** 277 kcal 1.158 kJ A:Glutén,	**Kenyér 04-06 éves** 74 kcal 309 kJ A:Glutén,	**Tészta köret durum 04-06 éves** 228 kcal 953 kJ A:Glutén,
			Rizsleves 40 kcal 167 kJ A:Zeller,	

Kalória:	593,81 kcal	Kalória:	541,05kcal	Kalória:	682,38kcal	Kalória:	527,03kcal	Kalória:	476,51kcal
Energia:	2.431,21 kJ	Energia:	2.236,63kJ	Energia:	2.827,63 kJ	Energia:	2.151,97kJ	Energia:	1.966,71 kJ
Zsír::	22,9023 g	Zsír::	20,5776 g	Zsír::	27,8318 g	Zsír::	13,5796 g	Zsír::	23,1741 g
Fehérje:	21,7890 g	Fehérje:	32,6504 g	Fehérje:	32,4423 g	Fehérje:	28,9264 g	Fehérje:	24,2608 g
Szénhidrát:	72,0135 g	Szénhidrát:	52,1867 g	Szénhidrát:	72,1500 g	Szénhidrát:	68,2721 g	Szénhidrát:	49,4299 g
Só:	0,7424 g	Só:	1,2827 g	Só:	1,0140 g	Só:	1,0483 g	Só:	0,9595 g
Cukor:	9,1200 g	Cukor:	2,2856 g	Cukor:	8,7440 g	Cukor:	6,8477 g	Cukor:	5,0560 g
Tel.zsírsav:	3,2708 g	Tel.zsírsav:	3,9235 g	Tel.zsírsav:	2,8183 g	Tel.zsírsav:	1,8710 g	Tel.zsírsav:	3,1676 g

Kecskeméti Református Egyházközség, Kecskemét Szabadság tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma: 2026.11.06 13:21

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÓVODA "UZSONNA"
Dátum: 2026/11/09

Hétfo 2026/11/09	Kedd 2026/11/10	Szerda 2026/11/11	Csütörtök 2026/11/12	Péntek 2026/11/13
Tej 1,5 %-os 04-06 éves 92 kcal 385 kJ A:Tej,	**Sajtkrém fehér kenyér 04-06 éves** 151 kcal 631 kJ A:Glutén, Tej,	**Mandarin 04-06 éves** 47 kcal 196 kJ	**Félkemény sajt margarin teljeskiorlésu kenyér 04-06** 209 kcal 872 kJ A:Glutén, Tej,	**Túrós táska 04-06 éves** 262 kcal 1.096 kJ A:Glutén, Tej,
Mákos rúd 04-06 éves 249 kcal 1.040 kJ A:Glutén, Tej, Diófélék,		**Teljeskiorlésu keksz 04-6 éves** 115 kcal 480 kJ A:Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Szezámmag, Szezámmag,	**Jégsaláta 04-06 éves** 3 kcal 11 kJ	
Kalória: 340,70 kcal Energia: 1.424,77 kJ Zsír:: 14,7120 g Fehérje: 10,7880 g Szénhidrát: 40,1940 g Só: 0,2900 g Cukor: 17,0760 g Tel.zsírsav: 7,6640 g	Kalória: 150,84kcal Energia: 630,80kJ Zsír:: 1,8050 g Fehérje: 5,5550 g Szénhidrát: 27,4000 g Só: 0,7150 g Cukor: 0,9050 g Tel.zsírsav: 0,8300 g	Kalória: 161,55kcal Energia: 675,58 kJ Zsír:: 6,2220 g Fehérje: 2,4390 g Szénhidrát: 22,7195 g Só: 0,0470 g Cukor: 14,2585 g Tel.zsírsav: 3,0140 g	Kalória: 211,14kcal Energia: 882,96kJ Zsír:: 9,6320 g Fehérje: 12,1260 g Szénhidrát: 18,4600 g Só: 0,9940 g Cukor: 0,9880 g Tel.zsírsav: 5,7680 g	Kalória: 262,14kcal Energia: 1.096,26 kJ Zsír:: 12,0820 g Fehérje: 5,5650 g Szénhidrát: 31,8220 g Só: 0,0910 g Cukor: 6,1180 g Tel.zsírsav: 7,0000 g

www.tandofer.hu

Kecskeméti Református
Egyházközség, Kecskemét Szabadság
tér 7. 6000

Étlap

Nyomtatás dátuma:
2026.11.06 13:21

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÓVODA"UZSONNA 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
Rizstej 04-06 éves 94 kcal 393 kJ	**Margarin fehér kenyér 04-06 éves** 144 kcal 604 kJ A:Glutén,	**Keksz 04-06 éves** 65 kcal 273 kJ A:Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Szezámmag, Szezámmag,	**Margarin teljeskiorlésu kenyér 04-06 éves** 118 kcal 492 kJ A:Glutén,	**Epres levél 04-06 éves** 349 kcal 1.460 kJ A:Glutén,
Dejós rúd 04-06 éves 168 kcal 703 kJ A:Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék,	**Kápia paprika 04-06 éves** 4 kcal 16 kJ	**Mandarin 04-06 éves** 47 kcal 196 kJ	**Jégsaláta 04-06 éves** 3 kcal 11 kJ	
Kalória: 262,03 kcal Energia: 1.095,78 kJ Zsír:: 9,0950 g Fehérje: 3,8700 g Szénhidrát: 38,7475 g Só: 0,5288 g Cukor: 10,7363 g Tel.zsírsav: 3,3638 g	Kalória: 148,40kcal Energia: 620,58kJ Zsír:: 3,0650 g Fehérje: 3,6550 g Szénhidrát: 26,0600 g Só: 0,6110 g Cukor: 0,1650 g Tel.zsírsav: 1,5500 g	Kalória: 112,13kcal Energia: 468,92 kJ Zsír:: 3,2610 g Fehérje: 1,5695 g Szénhidrát: 48,4098 g Só: 0,0235 g Cukor: 43,2793 g Tel.zsírsav: 1,5570 g	Kalória: 120,18kcal Energia: 502,57kJ Zsír:: 3,1320 g Fehérje: 4,0360 g Szénhidrát: 18,4400 g Só: 0,5000 g Cukor: 0,9680 g Tel.zsírsav: 1,4880 g	Kalória: 349,13kcal Energia: 1.460,03 kJ Zsír:: 13,5200 g Fehérje: 5,2300 g Szénhidrát: 50,0600 g Só: 0,1000 g Cukor: 12,0800 g Tel.zsírsav: 7,6400 g