

Kuruc konyha
6400 Kiskunhalas
Kuruc V.tere 17

Étlap (Bőlcsođe (r, t, e,u) 0-3)
2025.09.08 - 2025.09.14.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !
LafiSoft program Copyright (c) 1998 -2022

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
2025.09.08	2025.09.09.	2025.09.10.	2025.09.11.	2025.09.12.
Reggeli félbarna kenyér 1kg/cs (01.) margarin-joghurtos (07.) marha párizsi tv.paprika kakaó (07.) gyümölcs tea E:2 312(Kj) 553(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 62(g) Zsir: 16(g)Cuk: 34(g)Só:1,38(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 246(mg)	rozskenyér TK (01.) margarin-joghurtos (07.) lapka sajt (07.) kápia paprika tejeskávé (07,01.) gyümölcs tea E:2 565(Kj) 614(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 29(g)Cuk: 39(g)Só:2,63(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 250(mg)	vizes zsemle (01,) tejfölös túró (07,) uborka rostos őszibaracklé E: 730(Kj) 175(KCal) F: 8(g)Kol: 10(g)Sz: 26(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,83(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 38(mg)	csirkemájpastétom (07,) jégcsapretek zabpelyhes kifli (01.) kakaó (07.) gyümölcs tea E:1 685(Kj) 403(KCal) F: 11(g)Kol:107(g)Sz: 36(g) Zsir: 13(g)Cuk: 34(g)Só:0,04(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 250(mg)	virslis roppanós tejeskifli (01,07,) ketchup gyümölcs tea E: 964(Kj) 231(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 8(g)Cuk: 8(g)Só:1,25(g) Tel.Zs: 27(g)Ca: 21(mg)
Tízórai	alma	kakaó (07,)	gyümölcs joghurt (07,)	banán
E:1 277(Kj) 306(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 243(mg)	E: 58(Kj) 14(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg)	E:1 277(Kj) 306(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,02(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 243(mg)	E:3 440(Kj) 823(KCal) F: 36(g)Kol: 13(g)Sz:103(g) Zsir: 30(g)Cuk: 94(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 19(g)Ca: 156(mg)	E: 395(Kj) 95(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 99(mg)
Ebéd	csirkeraguleves (01,03,09,07,10,) húsgombóc paradicsommártásban (01,03,07,09,10,) tört burgonya	vajgaluska leves (09,01,07,03,) köményes sertéssült almamártás (07,01,) párolt rizs	erőleves (09,01,03,07,10,06,) rántott sertészelet (01,03,06,07,08,11,) töltött burgonya körte befőtt	palócleves (09,12,01,07,03,10,) lekváros derelye (01,03,07,05,06,08,11,)
E:1 494(Kj) 357(KCal) F: 15(g)Kol: 38(g)Sz: 38(g) Zsir: 17(g)Cuk: 1(g)Só:1,80(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 17(mg)	E:1 696(Kj) 406(KCal) F: 20(g)Kol: 46(g)Sz: 47(g) Zsir: 16(g)Cuk: 7(g)Só:1,19(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 35(mg)	E:1 826(Kj) 437(KCal) F: 20(g)Kol: 27(g)Sz: 68(g) Zsir: 15(g)Cuk: 15(g)Só:0,87(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 23(mg)	E:1 431(Kj) 342(KCal) F: 18(g)Kol: 35(g)Sz: 38(g) Zsir: 13(g)Cuk: 5(g)Só:1,39(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 30(mg)	E:1 820(Kj) 435(KCal) F: 14(g)Kol: 19(g)Sz: 66(g) Zsir: 11(g)Cuk: 6(g)Só:1,18(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 18(mg)
Uzsonna	omlóscocka-áfonyás TK (01,07,03,)	teljeskiörlesű búzakenyér (01,) sajtkrém-natúr (07,) uborka füstöltízü olaszfelvágott	krémtúrós milli (07,) nutribella fahéjas-teljeskiörlesű keksz (01,07,06,11,08,)	vizes zsemle (01,) margarin-joghurtos (07,) sajtós sertés párizsi (01,03,06,07,) uborka őszi barack
E: 998(Kj) 239(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 13(g)Cuk: 3(g)Só:0,71(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 2(mg)	E: 976(Kj) 233(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 10(g)Cuk: 22(g)Só:0,50(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	E: 627(Kj) 150(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsir: 9(g)Cuk: 1(g)Só:0,72(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 151(mg)	E:7 653(Kj) 1 831(KCal) F: 71(g)Kol: 0(g)Sz:276(g) Zsir: 47(g)Cuk:257(g)Só:1,70(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 264(mg)	E: 987(Kj) 236(KCal) F: 8(g)Kol: 19(g)Sz: 30(g) Zsir: 9(g)Cuk: 1(g)Só:1,23(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 12(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csillagfű,14=Puhatestűek,

Élelmezésvezető