

Kuruc konyha
6400 Kiskunhalas
Kuruc V.tere 17

Étlap (Ovoda (t,e,u) 3-6)

2025.09.01 - 2025.09.07.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

LafiSoft program Copyright (c) 1998 -2022

<i>Hétfő</i> 2025.09.01	<i>Kedd</i> 2025.09.02.	<i>Szerda</i> 2025.09.03.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.04.	<i>Péntek</i> 2025.09.05.
Tízórai kakaós csiga (01,) őszibarack tejeskávé (01,07,) citromos limonádé E:2 728(Kj) 653(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 19(g)Cuk: 51(g)Só:0,36(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 262(mg)	füstöltízű olaszfelvágott margarin-joghurtos (07,) jégcsapretek rozsos zsemle TK (01,) epres tej (07,) citromos limonádé E:2 623(Kj) 627(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz: 64(g) Zsir: 19(g)Cuk: 38(g)Só:1,12(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 261(mg)	tojáskrém (03,10,07,) vizes zsemle (01,) tv.paprika kakaó (07,) gyümölcs tea E:2 155(Kj) 515(KCal) F: 16(g)Kol:125(g)Sz: 61(g) Zsir: 11(g)Cuk: 35(g)Só:1,03(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 263(mg)	tejfölös túró (07,) kápia paprika rozsos zsemle TK (01,) tejeskávé (01,07,) citromos limonádé E:2 196(Kj) 525(KCal) F: 15(g)Kol: 14(g)Sz: 63(g) Zsir: 11(g)Cuk: 39(g)Só:0,63(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 294(mg)	mátrai diákcsemege margarin-joghurtos (07,) kornland zsemle TK (01,06,) jégcsapretek kakaó (07,) citromos limonádé E:2 559(Kj) 612(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 66(g) Zsir: 20(g)Cuk: 38(g)Só:1,26(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 250(mg)
Ebéd marha gulyásleves (09,01,03,07,10,12,) grízestészta-baracklekvár (01,03,.) E:1 718(Kj) 411(KCal) F: 15(g)Kol: 21(g)Sz: 67(g) Zsir: 9(g)Cuk: 18(g)Só:1,07(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 16(mg)	lebbencs leves (09,01,03,07,10,) zöldborsó főzelék (01,07,) natúr csirkemell (01,) rozskenyér TK - főzelékhez (01,.) E:1 484(Kj) 355(KCal) F: 30(g)Kol: 25(g)Sz: 40(g) Zsir: 9(g)Cuk: 13(g)Só:1,95(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 103(mg)	karfiolleves (09,01,03,07,10,) pulykahúsos tarhonya (01,03,09,12,) csemege uborka E:1 517(Kj) 363(KCal) F: 20(g)Kol: 22(g)Sz: 44(g) Zsir: 11(g)Cuk: 1(g)Só:2,35(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 9(mg)	vegyes gyümölcsleves (01,) sült csirkecomb kukoricás rizs uborka saláta E:2 153(Kj) 515(KCal) F: 25(g)Kol: 30(g)Sz: 83(g) Zsir: 9(g)Cuk: 33(g)Só:1,69(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 19(mg)	pulykaraguleves (09,01,03,) túrós lepény (07,01,03,.) E:3 072(Kj) 735(KCal) F: 33(g)Kol:115(g)Sz:102(g) Zsir: 36(g)Cuk: 43(g)Só:0,48(g) Tel.Zs: 15(g)Ca: 184(mg)
Uzsonna kenőmájás (10,09,06,07,) zabpelyhes kifli (01,) tv.paprika E: 477(Kj) 114(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 1(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,57(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 6(mg)	túrós táska (01,07,) alma E:1 484(Kj) 355(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 19(g)Cuk: 6(g)Só:0,46(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 29(mg)	ízes sonka rozskenyér TK (01,) tv.paprika margarin-joghurtos (07,) E: 306(Kj) 73(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,19(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 13(mg)	almás rácsos (01,) E:1 441(Kj) 345(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 18(g)Cuk: 9(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 0(mg)	tejeskifli (01,07,) gyümölcs joghurt (07,) E:3 970(Kj) 950(KCal) F: 40(g)Kol: 13(g)Sz:128(g) Zsir: 31(g)Cuk: 96(g)Só:1,73(g) Tel.Zs: 44(g)Ca: 167(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=Csillagfűrt,14=Puhatestűek,

Élelmezésvezető