

Kuruc konyha
6400 Kiskunhalas
Kuruc V.tere 17

Étlap (Bőlcsođe (r, t, e,u) 0-3)
2025.10.20 - 2025.10.26.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !
LafiSoft program LafiSoft@lafisoft.hu

<i>Hétfő</i> 2025.10.20	<i>Kedd</i> 2025.10.21.	<i>Szerda</i> 2025.10.22.	<i>Csütörtök</i> 2025.10.23.	<i>Péntek</i> 2025.10.24.
Reggeli vajkrém-magyaros (07,) vizes zsemle (01,) kápia paprika kakaó (07,) gyümölcs tea E:2 115(Kj) 506(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 61(g) Zsir: 11(g)Cuk: 35(g)Só:0,95(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 255(mg)	rozskenyér TK (01,) margarin-joghurtos (07,) pulykamell sonka tv.paprika tejeskávé (07,01,) gyümölcs tea E:1 731(Kj) 414(KCal) F: 11(g)Kol: 11(g)Sz: 40(g) Zsir: 11(g)Cuk: 34(g)Só:0,60(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 253(mg)	virslis roppanós ketchup sajtos kifli (01,07,) gyümölcs tea E:1 407(Kj) 337(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsir: 12(g)Cuk: 11(g)Só:1,60(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 33(mg)		
Tízórai banán 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)	kakaó (07,) 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)	alma 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)		
Ebéd brokkoli krémleves (07,01,03,09,10,) levesgyöngy sertéspörkölt (09,12,01,03,07,10,) sárgaborsó főzelék (01,03,07,09,10,) rozskenyér TK - főzelékhez (01,) E:1 400(Kj) 335(KCal) F: 19(g)Kol: 40(g)Sz: 29(g) Zsir: 19(g)Cuk: 1(g)Só:0,68(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 112(mg)	fahéjas almaleves (01,07,) sajtszósos halszelet (04,01,07,) burgonyapüré (07,) E:1 063(Kj) 254(KCal) F: 9(g)Kol: 3(g)Sz: 51(g) Zsir: 10(g)Cuk: 19(g)Só:1,31(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 31(mg)	magyaros zöldborsóleves (09,01,03,07,10,) bácskai rizseshús (09,12,) E:1 366(Kj) 327(KCal) F: 12(g)Kol: 29(g)Sz: 38(g) Zsir: 14(g)Cuk: 3(g)Só:1,22(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 34(mg)		
Uzsonna édes omlós pogácsa (01,07,03,) túrós rudi (07,06,05,) E:14 419(Kj) 3 449(KCal) F: 69(g)Kol: 12(g)Sz:432(g) Zsir:155(g)Cuk: 82(g)Só:6,02(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 88(mg)	lekváros bukta (01,03,07,) E:12 791(Kj) 3 060(KCal) F: 79(g)Kol: 0(g)Sz:570(g) Zsir: 48(g)Cuk:130(g)Só:6,10(g) Tel.Zs: 22(g)Ca: 520(mg)	kisdobozos kakaó 200ml (07,) sajtos perec (01,07,03,) E: 952(Kj) 228(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 6(g)Cuk: 13(g)Só:0,73(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)		

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

Élelmezésvezető