

Bakos és Társai Bt.

Kecskemét

Aradi vértanúk tere 9/b.

Tel.: 76/ 504 - 201

16. hét

TELEKI BLANKA GIMNÁZIUM ÉTLAPJA

2026.04.13-2026.04.17

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek										
Ebéd B menü	Palócleves tésztával*1,3,7 (sertéscomb, zöldbab, tejföl, fűszerek, leves tészta) Grízes tészta*1 Sárgabarack extra dzsem Teljeskiórlésű kenyér*1	Mediterrán zöldségleves*1,3 Sajtos-brokkolis halvagdalt*1,3,4,7 Fél adag pirított burgonya Fél adag francia saláta*1,3,7,10	Fahéjas almaleves*1,7 Paprikás burgonya virslivel*1 Csemege uborka*10 Teljeskiórlésű kenyér*1	Májgaluska leves*1,3,9 Natúr szelet*1 Vegyes gyümölcsmártás*1,7 Pirított dara*1	Gombakrém leves zsemlekockával*1,3,7 Mézes-fokhagymás csirkecomb apró Snidlinges tört burgonya*7										
	energia: 857 kcal szénhidrát: 90 g	fehérje: 52 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 32 g / 9 g só: 3,2 g	energia: 870 kcal szénhidrát: 93 g	fehérje: 48 g cukor: 1 g	zsír / telített zs.: 37 g / 11 g só: 2,7 g	energia: 857 kcal szénhidrát: 90 g	fehérje: 52 g cukor: 9 g	zsír / telített zs.: 32 g / 9 g só: 3,2 g	energia: 870 kcal szénhidrát: 105 g	fehérje: 35 g cukor: 14 g	zsír / telített zs.: 33 g / 8 g só: 3,2 g	energia: 872 kcal szénhidrát: 93 g	fehérje: 870 kcal szénhidrát: 870 kcal	zsír / telített zs.: 37 g cukor: 37 g

Esetleges beszerzési nehézségek miatt az étrend változhat! Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén tartalmának jelölése az étlapon * számmal történik. 1: glutén, 2: rákfélék, 3: tojás, 4: hal, 5: földimogyoró, 6: szójabab, 7: tej,

8: diófélék, 9: zeller, 10: mustár, 11: szezám, 12: kén-dioxid, 13: csillagfűrt, 14: puhatestűek

Az ételkészítés során a keresztszennyezés lehetősége fennáll. Diétás étkeztetés igénybevételéről, kérjük érdeklődjön a bakosestarsai@hotmail.hu e-mail címen.

Jó étvágyat kívánunk!

Bakos Tamás

Bt. Vezető

Horváth Ferencné

Szakács

Pethő Ferencné

Konyhafőnök

Bakos és Társai Bt.

Kecskemét

Aradi vértanúk tere 9/b.

Tel.: 76/ 504 - 201

21.Hét

2026.05.18-05.22

TELEKI BLANKA GIMNÁZIUM ÉTLAPJA

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek									
Ebéd B menü	Bakonyi betyárleves tésztával*1,3,7 <i>(sertéscomb, gomba, burgonya, leveszöldség, tejföl 12%-os, fűszerek)</i> Tejbendara*1,7 Teljeskiőrlésű kenyér *1	Burgonyagombóc leves *1,3,7,9 Fűszeres sült csirkemell*1,10 Zelleres tört burgonya*7 Piskóta szelet*1,3,7	Májgaluska leves*1,3,7,9 Temesvári sertéstokány*1,7 Párolt bulgur*1 Gyümölcs	Görög gyümölcsleves*1,7 Mexikói rakott tészta*1,6,7,8 <i>(durum száraztészta, sertéscomb, mexikói zöldségkeverék, fűszerek)</i>	Zöldborsóleves csipetkével *1,3,9 Bolognai szósz*1 Durum tésztaköret*1 Trappista sajt*7									
	energia: 869 kcal szénhidrát: 129 g	fehérje: 36 g cukor: 29 g	zsír / telített zs.: 23 g / 6 g só: 1,8 g	energia: 826 kcal szénhidrát: 103 g	fehérje: 39 g cukor: 12 g	zsír / telített zs.: 30 g / 7 g só: 3,2 g	energia: 800 kcal szénhidrát: 96 g	fehérje: 26 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 33 g / 10 g só: 3,5 g	energia: 845 kcal szénhidrát: 93 g	fehérje: 39 g cukor: 12 g	zsír / telített zs.: 35 g / 10 g só: 3,5 g	energia: 852 kcal szénhidrát: 105 g	fehérje: 38 g cukor: 0 g

Esetleges beszerzési nehézségek miatt az étrend változhat! Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén tartalmának jelölése az étlapon * számmal történik. 1: glutén, 2: rákfélék, 3: tojás, 4: hal, 5: földimogyoró, 6: szójabab, 7: tej,

8: diófélék, 9: zeller, 10: mustár, 11: szezámmag, 12: kén-dioxid, 13: csillagfürt, 14: puhatestűek

Az ételkészítés során a keresztszennyezés lehetősége fennáll. Diétás étkeztetés igénybevételéről, kérjük érdeklődjön a bakosestarsai@hotmail.hu e-mail címen.

Jó étvágyat kívánunk!

Bakos Tamás
Bt. Vezető

Horváth Ferencné
Szakács

Pethő Ferencné
Konyhafőnök

Bakos és Társai Bt.

Kecskemét

Aradi vértanúk tere 9/b.

Tel.: 76/ 504 - 201

24. Hét

2025.06.09-06.13

TELEKI BLANKA GIMNÁZIUM ÉTLAPJA

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd B menü		Hansági gulyásleves *1,3,9 <i>(sertéscomb, leveszöldség, zöldborsó, levestészta)</i> Sonkás kocka*1,3,7 <i>(durum száraztészta, tejföl 12%-os, sonka, zsomlemorzsa, trappista sajt)</i> Teljeskiórlésű kenyér *1	Csontleves finommetéltel*1,3,9 Édes-savanyú csirke*1 Párolt rizs Banán	Vegyes gyümölcsleves*1,7 Rakott burgonya virslivel*1,3,7 Csemege uborka*10 Túró rudi*7	Kertészleves tésztával*1,3,7 Panírozot sajszósos halfilé*1,3,4,6,7 Rizi-bizi
		energia: 839 Kcal szénhidrát: 99 g fehérje: 41 g zsír / telített zs.: 30 g / 6 g cukor: 0 g só: 3,6 g	energia: 807 kcal szénhidrát: 98 g fehérje: 34 g zsír / telített zs.: 31 g / 6 g cukor: 0 g só: 3,1 g	energia: 820 kcal szénhidrát: 115 g fehérje: 342 g zsír / telített zs.: 21 g / 4 g cukor: 21 g só: 3,2 g	energia: 802 kcal szénhidrát: 96 g fehérje: 52 g zsír / telített zs.: 22 g / 7 g cukor: 0 g só: 2,7 g

Esetleges beszerzési nehézségek miatt az étrend változhat! Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén tartalmának jelölése az étlapon * számmal történik. 1: glutén, 2: rákfélék, 3: tojás, 4: hal, 5: földimogyoró, 6: szójabab, 7: tej,

8: diófélék, 9: zeller, 10: mustár, 11: szezám, 12: kén-dioxid, 13: csillagfürt, 14: puhatestűek

Az ételkészítés során a keresztzennyezés lehetősége fennáll. Diétás étkeztetés igénybevételéről, kérjük érdeklődjön a bakosestarsai@hotmail.hu e-mail címen.

Jó étvágyat kívánunk!

Bakos Tamás

Bt. Vezető

Horváth Ferencné

Szakács

Pethő Ferencné

Konyhafőnök