

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
24 ISKOLA TÍZÓRAI 3.	TEJ UHT,1,5% KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ SAJTKRÉM PARADICSOM	TEJ GABONAPEHELY,KAKAÓS KRÉMMEL	TEJ ZSEMLE,T.K.TÖNKÖLYÖS MARGARIN,FLÓRA FELVÁGOTT,ZALA TV Paprika	PUDING,VANÍLIÁS BABAPISKÓTA	TEJ KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ KÖRÖZÖTT
	energia: 267Kcal/116KJ szénhidrát: 224,4g fehérje: 13,6g cukor: 12,5g zsír/telített só.: 6,1g/4g 0,90g 	energia: 264Kcal/1106KJ szénhidrát: 33,0g fehérje: 10,3g cukor: 24,8g zsír/telített só.: 9,9g/6g 0,47g 	energia: 316Kcal/1324KJ szénhidrát: 38,3g fehérje: 15,6g cukor: 12,2g zsír/telített só.: 10,2g/3g 1,27g 	energia: 218Kcal/912KJ szénhidrát: 38,0g fehérje: 5,6g cukor: 25,5g zsír/telített só.: 4,6g/3g 0,18g 	energia: 266Kcal/1113KJ szénhidrát: 221,9g fehérje: 14,0g cukor: 12,3g zsír/telített só.: 7,1g/4g 1,07g
25 ISKOLA EBÉD 3.	Májgaluska leves NUDLI PORCUKOR	ZÖLDSÉGES DARAGALUSKALEVES Finomfőzelék VIRSLI	Paradicsomleves PANÍROZOTT SAJTOS HALFILÉ Párolt rizs	NARANCS Csontleves FEJTETTBAB FŐZELÉK Csirkepörkölt KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ	TAVASZILEVES MILÁNÓI MAKARÓNI SAJT, TRAPPISTA
	energia: 567Kcal/2374KJ szénhidrát: 95,2g fehérje: 17,5g cukor: 10,8g zsír/telített só.: 10,7g/0g 1,55g 	energia: 603Kcal/2523KJ szénhidrát: 178,2g fehérje: 21,2g cukor: 8,6g zsír/telített só.: 33,0g/8g 2,45g 	energia: 420Kcal/1758KJ szénhidrát: 75,6g fehérje: 8,2g cukor: 19,3g zsír/telített só.: 9,1g/0g 0,47g 	energia: 643Kcal/2691KJ szénhidrát: 239,1g fehérje: 195,4g cukor: 23,7g zsír/telített só.: 26,1g/1g 1,67g 	energia: 696Kcal/2913KJ szénhidrát: 64,8g fehérje: 25,5g cukor: 15,3g zsír/telített só.: 36,1g/4g 1,59g
26 ISKOLA UZSONNA 3.	TÚRÓRUDI KÖRTE	JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (125g) KIFLI	MÜZLI CSOKIS MANDARIN	KEFÍR KIFLI	BANÁN
	energia: 206Kcal/880KJ szénhidrát: 35,7g fehérje: 2,9g cukor: 26,2g zsír/telített só.: 5,6g/4g 0,04g 	energia: 239Kcal/988KJ szénhidrát: 43,0g fehérje: 7,8g cukor: 14,7g zsír/telített só.: 3,0g/2g 0,57g 	energia: 123Kcal/514KJ szénhidrát: 23,8g fehérje: 1,8g cukor: 4,6g zsír/telített só.: 2,5g/1g 0,04g 	energia: 241Kcal/1010KJ szénhidrát: 35,6g fehérje: 9,6g cukor: 8,4g zsír/telített só.: 5,7g/4g 0,61g 	energia: 178Kcal/748KJ szénhidrát: 42,0g fehérje: 2,6g cukor: 24,0g zsír/telített só.: 0,4g/0g 0,11g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g