

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
24 ISKOLA TÍZÓRAI 3.	TEJ KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ MARGARIN,DELMA MULTIVITAMIN FELVÁGOTT,SAJTOS PÁRIZSI	TEJ KAKAÓS CSIGA	TEJESKÁVÉ KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ VAJKRÉM ,NATÚR	TEJ KENYÉR Margarin, VAJJÍZŰ DELMA FELVÁGOTT,SONKÁS	TEJ KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ LEKVÁR ,SZAMÓCA
	energia: 312Kcal/1305KJ szénhidrát: 221,5g fehérje: 14,1g cukor: 11,8g zsír/tejteltettség: 12,2g/5g só: 1,34g	energia: 604Kcal/2526KJ szénhidrát: 80,6g fehérje: 15,6g cukor: 37,6g zsír/tejteltettség: 23,2g/4g só: 0,50g	energia: 312Kcal/1305KJ szénhidrát: 234,7g fehérje: 10,3g cukor: 25,2g zsír/tejteltettség: 7,9g/5g só: 0,95g	energia: 280Kcal/1172KJ szénhidrát: 34,3g fehérje: 15,8g cukor: 12,2g zsír/tejteltettség: 8,4g/4g só: 0,97g	energia: 290Kcal/1212KJ szénhidrát: 235,0g fehérje: 12,0g cukor: 25,7g zsír/tejteltettség: 4,5g/3g só: 0,79g
25 ISKOLA EBÉD 3.	RAGULEVES Diós tészta ALMA	RÁNTOTT DARAGALUSKALEVES VAJBABFŐZELÉK DINO,PANÍROZOTT KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ	TOJÁSLEVES SÜLT TARJA Párolt rizs FRANCIASALÁTA	TYÚKHÚSLEVES TÉSztÁVAL Paradicsomos káposztafőzelék PÁROLT HÚS KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ	ZÖLDSEGES,TEJFŐLOS GOMBÁLEVES FŰSZERES CSIRKEMELL Burgonyapüré CSEMEGE UBORKA
	energia: 663Kcal/2773KJ szénhidrát: 78,6g fehérje: 105,4g cukor: 11,7g zsír/tejteltettség: 25,2g/1g só: 0,44g	energia: 532Kcal/2224KJ szénhidrát: 216,1g fehérje: 14,8g cukor: 1,1g zsír/tejteltettség: 25,5g/2g só: 1,67g	energia: 989Kcal/4137KJ szénhidrát: 65,0g fehérje: 9,9g cukor: 5,4g zsír/tejteltettség: 46,7g/3g só: 1,55g	energia: 568Kcal/2375KJ szénhidrát: 217,7g fehérje: 25,0g cukor: 22,1g zsír/tejteltettség: 23,3g/0g só: 1,77g	energia: 582Kcal/2434KJ szénhidrát: 52,9g fehérje: 215,3g cukor: 2,0g zsír/tejteltettség: 36,3g/1g só: 1,34g
26 ISKOLA UZSONNA 3.	RÉTEGES JOGHURT	KIFLI TONHALAS KRÉM 45G UBORKA	Zabszelet,erdeis, MANDARIN	TEJSZELET ALMA	KIFLI SAJT,KÖRCEIKELYES, TV Paprika
	energia: 181Kcal/758KJ szénhidrát: 25,2g fehérje: 5,2g cukor: 21,6g zsír/tejteltettség: 5,6g/4g só: 0,14g	energia: 284Kcal/1189KJ szénhidrát: 29,0g fehérje: 7,1g cukor: 1,3g zsír/tejteltettség: 15,2g/2g só: 1,08g	energia: 241Kcal/1007KJ szénhidrát: 36,4g fehérje: 4,0g cukor: 9,4g zsír/tejteltettség: 8,7g/3g só: 0,30g	energia: 222Kcal/928KJ szénhidrát: 12,3g fehérje: 2,3g cukor: 8,3g zsír/tejteltettség: 7,8g/5g só: 0,17g	energia: 189Kcal/790KJ szénhidrát: 30,9g fehérje: 6,0g cukor: 2,3g zsír/tejteltettség: 4,1g/2g só: 0,63g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g