

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
24 ISKOLA TÍZÓRAI 3.	TEJ,MADÁRTEJ KIFLI,SAJTOS CSAVART	PUDING,VANÍLIÁS BABAPISKÓTA	TEJ KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ SAJTKRÉM, ÚJHAGYMA	Ívó joghurt KIFLI	TEJ ZSEMLE,TELJESKIÖRLÉSŰ MARGARIN,DELMA JOGHURTOS FELVÁGOTT,ZÖLDSÉGES SZELET TV Paprika
	energia: 437Kcal/1827KJ szénhidrát: 64,0g fehérje: 17,3g cukor: 28,3g zsír/telített só.: 12,1g/7g 1,49g 	energia: 218Kcal/912KJ szénhidrát: 38,0g fehérje: 5,6g cukor: 25,5g zsír/telített só.: 4,6g/3g 0,18g 	energia: 268Kcal/1121KJ szénhidrát: 223,9g fehérje: 13,8g cukor: 12,7g zsír/telített só.: 6,4g/4g 0,93g 	energia: 254Kcal/1064KJ szénhidrát: 49,3g fehérje: 7,9g cukor: 22,2g zsír/telített só.: 2,3g/1g 0,58g 	energia: 304Kcal/1271KJ szénhidrát: 38,3g fehérje: 14,8g cukor: 12,6g zsír/telített só.: 11,0g/4g 1,32g
25 ISKOLA EBÉD 3.	ZÖLDSÉGES BABLEVES TÚRÓSTÉSZTA PORCUKOR	Rántott leves zsemlekockával TÖKFŐZELÉK, CSIRKE NUGGETS KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ NARANCS	ZELLERKRÉMLEVES LEVESGYÖNGY ZÖLDBORSÓS SZELET Párolt rizs	ZÖLDSÉGES DARAGALUSKALEVES KELKÁPOSZTAFŐZELÉK PÖRKÖLT KENYÉR,TELJES KIÖRLÉSŰ	BURGONYAGULYÁS FÁNK,LEKVÁROS
	energia: 606Kcal/2538KJ szénhidrát: 76,4g fehérje: 24,7g cukor: 12,7g zsír/telített só.: 21,2g/3g 0,45g 	energia: 529Kcal/2211KJ szénhidrát: 209,3g fehérje: 15,3g cukor: 2,2g zsír/telített só.: 26,2g/2g 1,95g 	energia: 603Kcal/2524KJ szénhidrát: 67,7g fehérje: 27,0g cukor: 2,7g zsír/telített só.: 23,6g/3g 1,43g 	energia: 547Kcal/2289KJ szénhidrát: 205,6g fehérje: 23,2g cukor: 4,3g zsír/telített só.: 23,5g/0g 1,85g 	energia: 523Kcal/2187KJ szénhidrát: 65,3g fehérje: 17,8g cukor: 16,6g zsír/telített só.: 20,5g/5g 0,80g
26 ISKOLA UZSONNA 3.	TK.RIZSKORONG,CSOKIS MANDARIN	KEFÍR KIFLI	Gesztenyerúd ALMA	Pizzás csavart rúd	Müzli szelet,mogyoró nélkül ALMA
	energia: 144Kcal/602KJ szénhidrát: 24,5g fehérje: 1,8g cukor: 5,5g zsír/telített só.: 4,5g/3g 0,02g 	energia: 241Kcal/1010KJ szénhidrát: 35,6g fehérje: 9,6g cukor: 8,4g zsír/telített só.: 5,7g/4g 0,61g 	energia: 167Kcal/697KJ szénhidrát: 10,4g fehérje: 0,8g cukor: 6,1g zsír/telített só.: 2,9g/3g 0,00g 	energia: 344Kcal/1438KJ szénhidrát: 41,3g fehérje: 6,0g cukor: 2,9g zsír/telített só.: 16,6g/0g 0,99g 	energia: 183Kcal/767KJ szénhidrát: 14,8g fehérje: 0,9g cukor: 6,2g zsír/telített só.: 2,6g/1g 0,02g
	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