

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Tízórai Iskola	Kakaó FATÖRZS KIFLI	Gyümölcs tea FELVÁGOTT, OLASZ MARGARIN (RAMA) KENYÉR (FÉLBARNA) ÚJHAGYMAKARIKA	Gyümölcs tea Magyaros vajkrém CSÁSZÁRZSEMLE (44 G) KÍGYÓUBORKA	Pizza táska 4. Gyümölcs tea	Gyümölcs tea Házi halkrém margarinnal 0. CSÁSZÁRZSEMLE (44 G) ZÖLDPAPRIKA
	energia: 338Kcal/1413KJ szénhidrát: 50,9g fehérje: 10,7g zsír/telített: 10,1g/0g cukor: 20,0g só: 0,37g	energia: 493Kcal/2064KJ szénhidrát: 60,8g fehérje: 10,6g zsír/telített: 23,0g/0g cukor: 20,6g só: 2,24g	energia: 350Kcal/1464KJ szénhidrát: 31,6g fehérje: 3,4g zsír/telített: 13,8g/0g cukor: 20,6g só: 0,49g	energia: 608Kcal/2543KJ szénhidrát: 82,4g fehérje: 16,9g zsír/telített: 23,5g/0g cukor: 24,6g só: 2,07g	energia: 284Kcal/1189KJ szénhidrát: 31,6g fehérje: 4,6g zsír/telített: 5,8g/0g cukor: 20,6g só: 0,34g
05 Ebéd Iskola	Tejszínes újhagymaleves Tarhonyás hús sertésből 4. CSEMEGE UBORKA	Paradicsomleves 4. Rakott burgonya 4.	Gulyásleves, zöldséges 4. Tejbedara 4. Kakaós szórat	Csontleves 4. Rántott csirkemell 4. Sárgarépás rizs 4. Fejeskáposzta saláta 4.	Sóskafeves 4. Sajtos -Paradicsomos spagetti
	energia: 952Kcal/3982KJ szénhidrát: 83,1g fehérje: 34,2g zsír/telített: 51,6g/0g cukor: 2,6g só: 5,02g	energia: 719Kcal/3008KJ szénhidrát: 71,6g fehérje: 21,4g zsír/telített: 34,2g/0g cukor: 10,0g só: 5,35g	energia: 912Kcal/3815KJ szénhidrát: 118,8g fehérje: 29,3g zsír/telített: 34,7g/0g cukor: 43,5g só: 2,91g	energia: 906Kcal/3789KJ szénhidrát: 105,5g fehérje: 44,9g zsír/telített: 25,4g/0g cukor: 16,4g só: 7,05g	energia: 338Kcal/1416KJ szénhidrát: 27,4g fehérje: 11,0g zsír/telített: 19,8g/0g cukor: 11,6g só: 3,92g
06 Uzsonna Iskola	SAJT, EDAMI FELKEMENY MARGARIN (RAMA) CSÁSZÁRZSEMLE (44 G)	CSOKOLADES CROISSANT	SZALAMI, CSABAI VÉkony MARGARIN (RAMA) BAGETT	TÚRÓ RUDI (30 G) "MÁTYÁS" CSAVART KIFLI	KIFLI (44 G) POHARAS PUDING
	energia: 364Kcal/1522KJ szénhidrát: 10,6g fehérje: 7,2g zsír/telített: 22,3g/0g cukor: 0,0g só: 0,64g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 408Kcal/1707KJ szénhidrát: 32,0g fehérje: 9,6g zsír/telített: 26,3g/0g cukor: 0,0g só: 0,28g	energia: 1028Kcal/4301KJ szénhidrát: 37,9g fehérje: 7,1g zsír/telített: 4,8g/0g cukor: 3,6g só: 0,43g	energia: 123Kcal/516KJ szénhidrát: 26,0g fehérje: 4,0g zsír/telített: 1,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,56g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só: 0,00g