

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Tízórai Iskola	Gyümölcs tea SAJTOS CROISSANT	Tej CSOKOLÁDÉS GABONAGOLYÓ "MÁTYÁS "CSAVART KIFLI	Gyümölcs tea VAJKRÉM TELJES ŐRLÉSŰ ZSEMLE	Gyümölcs tea FELVÁGOTT, OLASZ MARGARIN (RAMA) KENYÉR (FÉLBARNA)	Gyümölcs tea Tojáskrém ZSEMLE (54 G) RETEK, FEKETE, FRISS
	energia: 267Kcal/1115KJ szénhidrát: 53,2g fehérje: 6,1g zsír/telített: 2,9g/0g cukor: 21,2g só.: 0,00g	energia: 366Kcal/1532KJ szénhidrát: 50,9g fehérje: 14,1g zsír/telített: 11,5g/0g cukor: 1,0g só.: 0,71g	energia: 324Kcal/1356KJ szénhidrát: 45,9g fehérje: 5,2g zsír/telített: 12,6g/0g cukor: 20,6g só.: 0,22g	energia: 425Kcal/1778KJ szénhidrát: 46,6g fehérje: 8,0g zsír/telített: 22,7g/0g cukor: 20,6g só.: 1,84g	energia: 494Kcal/2069KJ szénhidrát: 51,7g fehérje: 14,1g zsír/telített: 25,4g/0g cukor: 20,6g só.: 3,27g
05 Ebéd Iskola	Karfiollevés (magyaros) 0. Tarhonyás hús sertésből 4. Céklasaláta 4.	Bakonyi betyárlevés MEGGYES-RÁCSOS SZELET	Puncsos mazsola-leves Csőben sült bolognai penne	Csontleves 4. Natúr sertésszelet 3. Vegyes gyümölcsmártás 0. Pirított dara 0.	Zöldbableves, tejfölös 4. Paprikás burgonya vajas galuskával MANDARIN
	energia: 895Kcal/3743KJ szénhidrát: 91,1g fehérje: 34,9g zsír/telített: 41,4g/0g cukor: 9,5g só.: 4,01g	energia: 515Kcal/2156KJ szénhidrát: 70,7g fehérje: 24,0g zsír/telített: 15,1g/0g cukor: 1,6g só.: 0,47g	energia: 814Kcal/3407KJ szénhidrát: 109,0g fehérje: 27,7g zsír/telített: 27,7g/0g cukor: 0,0g só.: 4,09g	energia: 1132Kcal/4737KJ szénhidrát: 62,3g fehérje: 24,6g zsír/telített: 18,8g/0g cukor: 22,9g só.: 4,08g	energia: 652Kcal/2729KJ szénhidrát: 85,3g fehérje: 13,3g zsír/telített: 25,4g/0g cukor: 1,3g só.: 7,14g
06 Uzsonna Iskola	MARGARIN (RAMA) SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY CSÁSZÁRZSEMLE (44 G) SÁRGARÉPA	PEREC, SÜLT (31 G) ROSTOS GYÜMÖCLSLÉ	CSOKOLADES CROISSANT	KUKORICA SNACK	JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS (2 DL) KIFLI (44 G)
	energia: 376Kcal/1572KJ szénhidrát: 12,2g fehérje: 7,7g zsír/telített: 23,3g/0g cukor: 1,0g só.: 0,79g	energia: 122Kcal/512KJ szénhidrát: 5,7g fehérje: 1,1g zsír/telített: 26,5g/0g cukor: 0,0g só.: 0,32g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 163Kcal/680KJ szénhidrát: 29,2g fehérje: 2,2g zsír/telített: 3,7g/0g cukor: 0,0g só.: 0,04g	energia: 289Kcal/1210KJ szénhidrát: 48,4g fehérje: 9,6g zsír/telített: 5,0g/0g cukor: 0,0g só.: 1,05g
	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