

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Tízórai Iskola	FATORZS KIFLI Kakaós tej	Gyümölcs tea FELVÁGOTT, OLASZ MARGARIN (RAMA) KENYÉR (FÉLBARNA)	Gyümölcs tea Párizsis szendvicskrém SAJT, TRAPPISTA FÉLKEMÉNY CSÁSZÁRZSEMLE (44 G)	Gyümölcs tea FELVÁGOTT, SZENDVICS-SONKA TELJES ÓRLÉSŰ ZSEMLE ZÖLDPAPRIKA	Karamellás tej SAJTOS STANGLI VAJAS-MARGARINKRÉM
	energia: 338Kcal/1413KJ szénhidrát: 50,9g fehérje: 10,7g cukor: 20,0g zsír/telített: 10,1g/0g só: 0,37g	energia: 425Kcal/1778KJ szénhidrát: 46,6g fehérje: 8,0g cukor: 20,6g zsír/telített: 22,7g/0g só: 1,84g	energia: 495Kcal/2073KJ szénhidrát: 30,9g fehérje: 7,8g cukor: 20,6g zsír/telített: 23,4g/0g só: 1,78g	energia: 274Kcal/1145KJ szénhidrát: 52,1g fehérje: 6,1g cukor: 20,6g zsír/telített: 3,8g/0g só: 0,22g	energia: 453Kcal/1894KJ szénhidrát: 57,7g fehérje: 11,7g cukor: 20,6g zsír/telített: 19,3g/0g só: 0,43g
05 Ebéd Iskola	Gyümölcsleves 3. Olaszos csirkemell Tésztaköret koleszterinmentes 4.	Tarhonyaleves 3. Vagdaltpogácsa sertéshúsból 4. Kelkáposztafőzelék 4.	Gulyásleves, zöldséges 4. Túrós nudli 3.	Májgaluska leves 0. Brassói aprópecsenye 3. Petrezselymes burgonya 3. CSEMEGE UBORKA	Köményes csurgatott tojásleves Zöldséges rizottó
	energia: 786Kcal/3289KJ szénhidrát: 100,6g fehérje: 39,1g cukor: 22,8g zsír/telített: 23,5g/0g só: 4,54g	energia: 1330Kcal/5563KJ szénhidrát: 79,8g fehérje: 32,6g cukor: 7,1g zsír/telített: 38,1g/0g só: 5,83g	energia: 919Kcal/3845KJ szénhidrát: 96,7g fehérje: 35,0g cukor: 1,5g zsír/telített: 40,0g/0g só: 3,95g	energia: 721Kcal/3017KJ szénhidrát: 57,2g fehérje: 30,8g cukor: 1,3g zsír/telített: 38,8g/0g só: 3,85g	energia: 654Kcal/2738KJ szénhidrát: 87,7g fehérje: 16,6g cukor: 0,0g zsír/telített: 23,9g/0g só: 2,17g
06 Uzsonna Iskola	MARGARIN (RAMA) FELVÁGOTT, LÁNGOLT TÚRISTA CSÁSZÁRZSEMLE (44 G) ZÖLDPAPRIKA	JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS KIFLI (44 G)	PEREC, SULT (31 G) GYÜMÖLCS	KAKAÓS TÚRÓS RUDI	SAJT, MACKÓ, CSARDAS KORNSPITZ
	energia: 378Kcal/1582KJ szénhidrát: 10,9g fehérje: 7,8g cukor: 0,0g zsír/telített: 23,9g/0g só: 0,24g	energia: 1119Kcal/4680KJ szénhidrát: 149,6g fehérje: 37,6g cukor: 0,0g zsír/telített: 25,0g/0g só: 3,50g	energia: 122Kcal/512KJ szénhidrát: 5,7g fehérje: 1,1g cukor: 0,0g zsír/telített: 26,5g/0g só: 0,32g	energia: 302Kcal/1265KJ szénhidrát: 34,1g fehérje: 7,7g cukor: 0,0g zsír/telített: 14,8g/0g só: 0,18g	energia: 215Kcal/900KJ szénhidrát: 25,7g fehérje: 9,2g cukor: 0,0g zsír/telített: 7,3g/0g só: 0,86g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g