

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
24 ISKOLA TIZÓRAI 3.	LIMONÁDÉ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ KÖRÖZÖTT	PUDING, CSOKIS BABAPISKÓTA	TEJ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ MARGARIN, DELMA FELVÁGOTT, PÁRIZSI	TEJ, KAKAÓS KALÁCS, FONOTT	TEJ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ KENŐMÁJAS UBORKA
	energia: 249Kcal/1040KJ szénhidrát: 233,0g fehérje: 5,4g cukor: 25,1g zsír/tejtett só.: 3,0g/2g 0,78g 	energia: 238Kcal/995KJ szénhidrát: 41,6g fehérje: 6,1g cukor: 29,4g zsír/tejtett só.: 4,6g/3g 0,24g 	energia: 311Kcal/1300KJ szénhidrát: 221,3g fehérje: 14,7g cukor: 11,9g zsír/tejtett só.: 12,0g/3g 1,32g 	energia: 319Kcal/1333KJ szénhidrát: 55,4g fehérje: 8,8g cukor: 30,0g zsír/tejtett só.: 6,6g/3g 0,65g 	energia: 279Kcal/1167KJ szénhidrát: 221,7g fehérje: 13,8g cukor: 11,8g zsír/tejtett só.: 8,6g/5g 1,23g
25 ISKOLA EBÉD 3.	Becsinált leves csirkéből Diós tészta	HUSGALUSKA LEVES Lencsefőzelék DINO, PANÍROZOTT KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ MANDARIN	TAVASZILEVES RIZSEHŰS VEGYES SALÁTA	ZÖLDSEGES DARAGALUSKALEVES Burgonyafőzelék PÁROLT HŰS KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ	BURGONYAGULYÁS TÚRÓS TÁSKA
	energia: 624Kcal/2613KJ szénhidrát: 77,9g fehérje: 105,6g cukor: 13,8g zsír/tejtett só.: 26,0g/1g 0,39g 	energia: 663Kcal/2773KJ szénhidrát: 236,0g fehérje: 25,6g cukor: 3,5g zsír/tejtett só.: 25,5g/2g 2,35g 	energia: 501Kcal/2097KJ szénhidrát: 60,9g fehérje: 21,7g cukor: 12,5g zsír/tejtett só.: 18,2g/0g 1,39g 	energia: 715Kcal/2993KJ szénhidrát: 237,7g fehérje: 28,5g cukor: 23,2g zsír/tejtett só.: 28,5g/1g 2,21g 	energia: 655Kcal/2742KJ szénhidrát: 78,6g fehérje: 20,7g cukor: 16,4g zsír/tejtett só.: 27,6g/9g 1,97g
26 ISKOLA UZSONNA 3.	TÚRÓRUDI ALMA	KEFÍR KIFLI	TEJSZELET ALMA	SAJT, KÖRCEKELYES, KIFLI TV Paprika	MÜZLI, ÁFONYÁS KÖRTE
	energia: 206Kcal/880KJ szénhidrát: 14,4g fehérje: 2,2g cukor: 10,6g zsír/tejtett só.: 5,1g/4g 0,03g 	energia: 241Kcal/1010KJ szénhidrát: 35,6g fehérje: 9,6g cukor: 8,4g zsír/tejtett só.: 5,7g/4g 0,61g 	energia: 222Kcal/928KJ szénhidrát: 12,3g fehérje: 2,3g cukor: 8,3g zsír/tejtett só.: 7,8g/5g 0,17g 	energia: 189Kcal/790KJ szénhidrát: 30,9g fehérje: 6,0g cukor: 2,3g zsír/tejtett só.: 4,1g/2g 0,63g 	energia: 191Kcal/799KJ szénhidrát: 38,2g fehérje: 1,8g cukor: 22,4g zsír/tejtett só.: 3,4g/2g 0,03g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 0,0g/0g 0,00g