

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
24 ISKOLA TÍZÓRAI 3.	TEJ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ SAJTKRÉM, UBORKA	TEJ KENYÉR KENŐMÁJAS TV Paprika	TEJ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ LEKVÁR, SZAMÓCA	PUDING, VANÍLIÁS T.K.Kecs, kakaós	TEJ, KAKAÓS KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ VAJ, TEAVAJ
	energia: 267Kcal/1116KJ szénhidrát: 222,5g fehérje: 13,6g cukor: 12,6g zsír/telített só.: 7,0g/4g 0,97g 	energia: 175Kcal/732KJ szénhidrát: 15,0g fehérje: 10,7g cukor: 11,8g zsír/telített só.: 8,0g/4g 0,72g 	energia: 298Kcal/1247KJ szénhidrát: 237,0g fehérje: 12,0g cukor: 27,7g zsír/telített só.: 4,5g/3g 0,79g 	energia: 254Kcal/1064KJ szénhidrát: 38,8g fehérje: 5,4g cukor: 24,1g zsír/telített só.: 8,2g/4g 0,35g 	energia: 338Kcal/1414KJ szénhidrát: 235,0g fehérje: 7,3g cukor: 25,6g zsír/telített só.: 11,9g/2g 0,83g
25 ISKOLA EBÉD 3.	Becsinált leves csirkéből Túrógombóc tejjel töltve PORCUKOR	Csontleves VAJBABFŐZELÉK Csirkepörkölt KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ	GYÜMÖLCSLEVES HAL RUDACSKA RIZI-BIZI	RÁNTOTT LEVES ZSEMLEKOCKÁVAL Töltött káposzta KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ	BORSÓLEVES BOLOGNAI RAGU Tésztaköret SAJT, TRAPPISTA
	energia: 542Kcal/2267KJ szénhidrát: 74,6g fehérje: 104,7g cukor: 26,2g zsír/telített só.: 19,8g/1g 1,81g 	energia: 480Kcal/2008KJ szénhidrát: 209,4g fehérje: 189,1g cukor: 2,5g zsír/telített só.: 25,3g/1g 1,24g 	energia: 557Kcal/2333KJ szénhidrát: 84,0g fehérje: 19,1g cukor: 24,1g zsír/telített só.: 14,4g/1g 1,58g 	energia: 549Kcal/2297KJ szénhidrát: 202,1g fehérje: 16,9g cukor: 0,9g zsír/telített só.: 31,6g/0g 1,82g 	energia: 746Kcal/3123KJ szénhidrát: 70,1g fehérje: 30,9g cukor: 5,0g zsír/telített só.: 36,0g/5g 1,86g
26 ISKOLA UZSONNA 3.	BANÁN	KRÉMTÚRÓ, VANÍLIÁS KIFLI	KEFÍR KIFLI	PISKÓTA SZELET, KAKAÓS NEKTARIN	Gesztyenerúd ALMA
	energia: 178Kcal/748KJ szénhidrát: 42,0g fehérje: 2,6g cukor: 24,0g zsír/telített só.: 0,4g/0g 0,11g 	energia: 292Kcal/1222KJ szénhidrát: 48,6g fehérje: 11,8g cukor: 20,8g zsír/telített só.: 5,0g/0g 0,60g 	energia: 241Kcal/1010KJ szénhidrát: 35,6g fehérje: 9,6g cukor: 8,4g zsír/telített só.: 5,7g/4g 0,61g 	energia: 176Kcal/735KJ szénhidrát: 28,9g fehérje: 3,4g cukor: 21,9g zsír/telített só.: 4,9g/2g 0,13g 	energia: 167Kcal/697KJ szénhidrát: 10,4g fehérje: 0,8g cukor: 6,1g zsír/telített só.: 2,9g/3g 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 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g