

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
24 ISKOLA TÍZÓRAI 3.	TEJ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ Margarin, VAJÍZŰ DELMA FELVÁGOTT, PÁRIZSI	TEJ KENYÉR MARGARIN, FLÓRA SAJT, EIDAMI	Ívó joghurt T.K. CSOKIS KEKSZ SZELET	TEJ CSOKIS KELT CROISSANT	TEJ GABONAPEHELY, DZSUNGEL 30G
	energia: 311Kcal/1300KJ szénhidrát: 221,4g fehérje: 14,7g cukor: 11,8g zsír/tejteltettség: 12,0g/4g só: 1,32g 	energia: 328Kcal/1364KJ szénhidrát: 34,0g fehérje: 17,8g cukor: 12,2g zsír/tejteltettség: 11,6g/6g só: 0,92g 	energia: 302Kcal/1264KJ szénhidrát: 49,5g fehérje: 7,1g cukor: 30,4g zsír/tejteltettség: 8,2g/4g só: 0,32g 	energia: 464Kcal/1940KJ szénhidrát: 79,0g fehérje: 16,3g cukor: 39,9g zsír/tejteltettség: 8,8g/5g só: 0,85g 	energia: 228Kcal/954KJ szénhidrát: 35,5g fehérje: 10,6g cukor: 20,4g zsír/tejteltettség: 4,4g/3g só: 0,51g
25 ISKOLA EBÉD 3.	RAGULEVES DARÁSTÉSZTA PORCUKOR ŐSZIBARACK BEFŐTT	ZÖLDSEGES DARAGALUSKALEVES Paradicsomos káposztafőzelék PÁROLT HŰS KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ	ZÖLDSÉGES, TEJFÖLŐS GOMBÁLEVES RIZSESHŰS CÉKLA	Csontleves Finomfőzelék VIRSLI KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ	MAGYAROS ZÖLDBORSÓLEVES PANÍROZOTT SAJTOS HALFILÉ Petrezselymes burgonya CSEMEGE UBORKA
	energia: 579Kcal/2422KJ szénhidrát: 91,6g fehérje: 102,8g cukor: 15,9g zsír/tejteltettség: 18,4g/1g só: 0,43g 	energia: 573Kcal/2397KJ szénhidrát: 216,5g fehérje: 23,9g cukor: 22,4g zsír/tejteltettség: 24,8g/0g só: 2,09g 	energia: 497Kcal/2078KJ szénhidrát: 48,1g fehérje: 23,1g cukor: 1,7g zsír/tejteltettség: 22,7g/0g só: 1,26g 	energia: 657Kcal/2747KJ szénhidrát: 216,6g fehérje: 24,1g cukor: 9,3g zsír/tejteltettség: 34,3g/9g só: 2,65g 	energia: 429Kcal/1796KJ szénhidrát: 61,7g fehérje: 12,2g cukor: 1,2g zsír/tejteltettség: 13,8g/0g só: 1,31g
26 ISKOLA UZSONNA 3.	Tejberizs, csokis	Gesztenyerúd MANDARIN	PIZZÁS KIFLI	MÜZLI, MEGGYES-JOGHURTOS ALMA	KEFÍR KIFLI, T.K. TÖNKÖLYÖS SPITZ
	energia: 221Kcal/924KJ szénhidrát: 36,6g fehérje: 6,6g cukor: 25,0g zsír/tejteltettség: 5,0g/3g só: 0,56g 	energia: 108Kcal/450KJ szénhidrát: 17,4g fehérje: 1,4g cukor: 6,1g zsír/tejteltettség: 3,7g/3g só: 0,01g 	energia: 127Kcal/530KJ szénhidrát: 23,4g fehérje: 3,3g cukor: 1,9g zsír/tejteltettség: 1,9g/0g só: 0,23g 	energia: 223Kcal/933KJ szénhidrát: 23,5g fehérje: 1,1g cukor: 11,1g zsír/tejteltettség: 3,3g/2g só: 0,01g 	energia: 238Kcal/997KJ szénhidrát: 33,7g fehérje: 10,0g cukor: 7,8g zsír/tejteltettség: 5,8g/4g só: 0,76g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejteltettség: 0,0g/0g só: 0,00g