

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
24 ISKOLA TÍZÓRAI 3.	TEJ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ VAJKRÉM, NATÚR PARADICSOM	Ívóyoghurt KIFLI	PUDING, CSOKIS T.K.Kecszi, kakaós	TEJ KENYÉR, TELJES KIÖRLÉSŰ LEKVÁR SZAMÓCA	TEJ ZSEMLE, TELJESKIÖRLÉSŰ FELVÁGOTT, SONKÁS
	energia: 268Kcal/1121KJ szénhidrát: 33,4g fehérje: 12,6g cukor: 12,3g zsír/telített só.: 8,5g/6g 0,86g 	energia: 254Kcal/1064KJ szénhidrát: 49,3g fehérje: 7,9g cukor: 22,2g zsír/telített só.: 2,3g/1g 0,58g 	energia: 274Kcal/1146KJ szénhidrát: 42,4g fehérje: 5,9g cukor: 27,9g zsír/telített só.: 8,2g/4g 0,41g 	energia: 277Kcal/1158KJ szénhidrát: 45,1g fehérje: 11,9g cukor: 25,8g zsír/telített só.: 4,5g/3g 0,74g 	energia: 262Kcal/1094KJ szénhidrát: 36,4g fehérje: 15,7g cukor: 12,4g zsír/telített só.: 5,0g/3g 1,23g
25 ISKOLA EBÉD 3.	ZÖLDSÉGES BURGONYALEVES Túrógombóc tejjel töltve PORCUKOR	RÁNTOTT LEVES ZSEMLEKOCKÁVAL FEJTETTBAZ FŐZELÉK CSIRKE NUGGETS	TEJFÖLÖS KARFIOLLEVES APRÓPECSENYE Tarhonyaköret CSEMEGE UBORKA	HÚSLEVES SPENÓT HŰSOSBURGONYA ALMA	TOJÁSLEVES PÁROLT CSIRKEMELL Párolt rizs 3. Gombamártás
	energia: 585Kcal/2449KJ szénhidrát: 85,1g fehérje: 14,8g cukor: 25,8g zsír/telített só.: 20,1g/1g 2,08g 	energia: 634Kcal/2651KJ szénhidrát: 69,9g fehérje: 23,0g cukor: 2,5g zsír/telített só.: 27,0g/2g 2,27g 	energia: 671Kcal/2806KJ szénhidrát: 70,8g fehérje: 31,3g cukor: 1,1g zsír/telített só.: 26,8g/0g 1,75g 	energia: 630Kcal/2636KJ szénhidrát: 56,1g fehérje: 20,5g cukor: 4,3g zsír/telített só.: 29,9g/1g 1,51g 	energia: 586Kcal/2450KJ szénhidrát: 65,2g fehérje: 218,2g cukor: 1,6g zsír/telített só.: 30,3g/1g 1,84g
26 ISKOLA UZSONNA 3.	Gyümölcspüré 100 %-os 90g	KIFLI TONHALAS KRÉM 45G KENYÉR HALKRÉM, MAKRELÁS TV Paprika	SAJT, KÖRCEKELYES, 25G KIFLI	Pizzás csavart rúd	TEJSZELET MANDARIN
	energia: 50Kcal/211KJ szénhidrát: 11,3g fehérje: 0,5g cukor: 10,6g zsír/telített só.: 0,5g/0g 0,01g 	energia: 176Kcal/737KJ szénhidrát: 24,9g fehérje: 5,8g cukor: 0,6g zsír/telített só.: 5,5g/1g 0,54g 	energia: 183Kcal/765KJ szénhidrát: 30,0g fehérje: 5,7g cukor: 2,3g zsír/telített só.: 4,0g/2g 0,63g 	energia: 344Kcal/1438KJ szénhidrát: 41,3g fehérje: 6,0g cukor: 2,9g zsír/telített só.: 16,6g/0g 0,99g 	energia: 163Kcal/681KJ szénhidrát: 19,3g fehérje: 2,9g cukor: 8,3g zsír/telített só.: 8,6g/5g 0,17g
	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