

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Iskola tízórai	Limonádé (házi) Sajtkrém zsemle tk.	Kakaós ital KIFLI (SÓS V. TEJES)	tea Szalámis zsemle	Vaníliás tej ital BRIÓS teljes kiőrlésű 50g	Limonádé (házi) Felvágottas zsemle
	energia: 2949Kcal/12338 szénhidrát: 592,3g fehérje: 97,3g cukor: 23,1g zsír/tejtett só.: 11,0g/0g 1,96g 	energia: 615Kcal/2572KJ szénhidrát: 95,9g fehérje: 17,7g cukor: 20,0g zsír/tejtett só.: 10,5g/0g 1,80g 	energia: 374Kcal/1563KJ szénhidrát: 50,8g fehérje: 10,3g cukor: 20,8g zsír/tejtett só.: 10,2g/0g 0,15g 	energia: 632Kcal/2645KJ szénhidrát: 98,0g fehérje: 18,0g cukor: 22,0g zsír/tejtett só.: 16,1g/0g 1,14g 	energia: 349Kcal/1460KJ szénhidrát: 52,8g fehérje: 10,2g cukor: 23,1g zsír/tejtett só.: 7,4g/0g 0,13g
05 Iskola ebéd	Burgonyaleves 3. Csikós tokány 3. Tésztaköret 3. kenyér vekni	Karfioleves 3. Zöldséges rizseshús 3. kenyér vekni	Olasz zöldségleves (Minestrone) 3. Rakott burgonya 3. savanyúság csemege uborka kenyér vekni	Csirkeraгу leves 3. Meggymártás 3. Natúr csirkemell filé 3. kenyér vekni	Jókai bableves 3. Sajtos metélt 3. ALMA kenyér vekni
	energia: 1284Kcal/5372KJ szénhidrát: 73,9g fehérje: 33,8g cukor: 1,0g zsír/tejtett só.: 38,0g/3g 7,08g 	energia: 1405Kcal/5877KJ szénhidrát: 111,1g fehérje: 41,1g cukor: 1,9g zsír/tejtett só.: 24,0g/3g 7,96g 	energia: 1342Kcal/5615KJ szénhidrát: 134,8g fehérje: 43,7g cukor: 2,5g zsír/tejtett só.: 46,5g/3g 5,59g 	energia: 722Kcal/3023KJ szénhidrát: 81,4g fehérje: 36,6g cukor: 16,5g zsír/tejtett só.: 14,3g/3g 4,41g 	energia: 1582Kcal/6618KJ szénhidrát: 145,2g fehérje: 65,1g cukor: 20,4g zsír/tejtett só.: 69,9g/3g 11,23g
06 Iskola uzsonna	Margarinos-mézes kenyér	Felvágottas kenyér tk. RETEK hónapos	Körözöttes kenyér tk.házi paprika kápia	Májkrém kenyér	Halpástétomos Tk.kenyér
	energia: 292Kcal/1222KJ szénhidrát: 42,4g fehérje: 5,9g cukor: 8,0g zsír/tejtett só.: 10,5g/0g 1,23g 	energia: 476Kcal/1990KJ szénhidrát: 54,2g fehérje: 24,1g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 10,7g/0g 2,47g 	energia: 262Kcal/1095KJ szénhidrát: 37,0g fehérje: 13,9g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 4,6g/0g 1,82g 	energia: 301Kcal/1260KJ szénhidrát: 34,4g fehérje: 11,4g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 12,2g/0g 2,19g 	energia: 175Kcal/730KJ szénhidrát: 32,2g fehérje: 6,5g cukor: 0,0g zsír/tejtett só.: 1,7g/0g 0,82g
	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