

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
04 Iskola tízórai	Limonádé (házi) Vajkrémes zsemle tk.zöldfűszeres	Karamellás tej KIFLI teljes kiőrlésű	Tejberizs 3.	Eperital (shake) tejjel Kifli fatörzs	Limonádé (házi) Felvágottas zsemle Tk.
	energia: 2899Kcal/12131 szénhidrát: 592,0g fehérje: 95,0g cukor: 23,1g zsír/telített só.: 6,8g/0g 1,40g 	energia: 480Kcal/2008KJ szénhidrát: 73,6g fehérje: 16,8g cukor: 20,0g zsír/telített só.: 10,3g/0g 1,63g 	energia: 476Kcal/1991KJ szénhidrát: 78,5g fehérje: 13,3g cukor: 25,0g zsír/telített só.: 10,9g/0g 0,60g 	energia: 219Kcal/915KJ szénhidrát: 30,6g fehérje: 6,8g cukor: 20,0g zsír/telített só.: 7,2g/0g 0,22g 	energia: 3001Kcal/12558 szénhidrát: 592,0g fehérje: 99,9g cukor: 23,1g zsír/telített só.: 13,0g/0g 1,49g
05 Iskola ebéd	Galuska leves 3. Tökfőzelék 3. Sertéspörkölt 3. kenyér vekni	Daráltús leves 3. Brokkolis csirkemell 3. Rizi bizi 3. kenyér vekni	Zöldbableves 3. Rakott burgonya daráltússal 3. kenyér vekni	Sertésragu leves 3. Csikós tokány 3. Bulgur 3. savanyúság cékla kenyér vekni	Jókai bableves 3. Sajtos metélt 3. ALMA kenyér vekni
	energia: 1921Kcal/8036K szénhidrát: 92,9g fehérje: 36,9g cukor: 1,7g zsír/telített só.: 39,2g/3g 10,78g 	energia: 1998Kcal/8362K szénhidrát: 128,2g fehérje: 83,5g cukor: 1,9g zsír/telített só.: 101,6g/3g 11,71g 	energia: 1269Kcal/5309K szénhidrát: 98,8g fehérje: 45,2g cukor: 1,5g zsír/telített só.: 35,8g/3g 5,57g 	energia: 1323Kcal/5536K szénhidrát: 55,5g fehérje: 42,5g cukor: 1,4g zsír/telített só.: 47,0g/3g 6,78g 	energia: 1555Kcal/6504KJ szénhidrát: 139,6g fehérje: 64,9g cukor: 14,0g zsír/telített só.: 69,6g/3g 11,23g
06 Iskola uzsonna	Sonkkrémes kenyér RETEK hónapos	Lekváros kenyér áfonya	Májkrémes Tk.kenyér Gyulai UBORKA	Halpástétomos Tk.kenyér paprika tv	Péksütemény csíkoska
	energia: 413Kcal/1730KJ szénhidrát: 56,5g fehérje: 21,8g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 10,0g/0g 2,98g 	energia: 210Kcal/880KJ szénhidrát: 34,3g fehérje: 5,8g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 2,5g/0g 1,23g 	energia: 294Kcal/1231KJ szénhidrát: 33,2g fehérje: 12,6g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 11,4g/0g 1,80g 	energia: 185Kcal/772KJ szénhidrát: 33,7g fehérje: 7,1g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 1,8g/0g 0,82g 	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 	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g