

Étkezés

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

04 Iskola Felső Tízórai	Kenőmájás fehér kenyér 3 Paradicsom 3	Vanília tej 3 Háromszög sajt 3 Kifli 3	Margarinos fehér kenyér 3 Kápla paprika 3	Kakaós tej 3 Brós 3 Alma 3	Szendvics fehér kenyér 3
	energia: 376,00 kcal szénhidrát: 51,00 g zsírok: 13,50 g	energia: 14,50 kcal szénhidrát: 45,30 g zsírok: 16,19 g	energia: 406,00 kcal szénhidrát: 45,30 g zsírok: 51,50 g	energia: 346,00 kcal szénhidrát: 54,79 g zsírok: 31,50 g	energia: 446,00 kcal szénhidrát: 30,90 g zsírok: 30,90 g
13 Iskola Felső Ebéd	Zöldborsólevés 3 Sajtos-sonkás lészia 3 Fehér kenyér 3	Csontrévés 3 Daragaluska 3 Gyros tejfölös öntettel 3 Sült burgonya 3 Teljes kiőrlésű kenyér 3	Gyümölcslevés 3 Rizses hús sertés 3 Fehér kenyér 3	Brokkoli krémlevés 3 Majorannás csirke 3 Főtt burgonya 3 Teljes kiőrlésű kenyér 3	Töltéslevés 3 Sült sertés hús 3 Sóska mártás 3 Fehér kenyér 3
	energia: 406,00 kcal szénhidrát: 113,90 g zsírok: 11,20 g	energia: 40,30 kcal szénhidrát: 61,30 g zsírok: 3,89 g	energia: 316,00 kcal szénhidrát: 118,30 g zsírok: 7,70 g	energia: 706,00 kcal szénhidrát: 92,79 g zsírok: 0,30 g	energia: 446,00 kcal szénhidrát: 66,60 g zsírok: 18,70 g
15 Iskola Felső Uzsonna	Gyümölcs joghurt 3	Turo rudi 3 Alma 3	Narancs 3	Mogyoró 3 Alma 3	Sajtos rudi 3 Alma 3
	energia: 106,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 18,00 g	energia: 146,00 kcal szénhidrát: 10,00 g zsírok: 19,79 g	energia: 106,00 kcal szénhidrát: 11,90 g zsírok: 15,00 g	energia: 226,00 kcal szénhidrát: 12,30 g zsírok: 8,90 g	energia: 236,00 kcal szénhidrát: 30,40 g zsírok: 11,70 g
	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g
	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g	energia: 0,00 kcal szénhidrát: 0,00 g zsírok: 0,00 g