

2018.09.03. - 2018.09.07.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	Hideg tej, Csirkemell sonka, Margarin, Zsemle	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcs tea, Sárgarépa túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Áfonyadzsem, Margarin, Félbarna kenyér	Citromos tea, Zöldfűszeres szendvicssaláta, Teljes kiőrlésű kenyér
(00474) Iskolás gyermek XX.	Energia: 353,75 Kcal / 1 478,68 KJ	Energia: 396,39 Kcal / 1 656,91 KJ	Energia: 257,02 Kcal / 1 074,34 KJ	Energia: 331,08 Kcal / 1 383,91 KJ	Energia: 363,98 Kcal / 1 521,44 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
	21,08 g 10,76 g 4,45 g	14,04 g 13,74 g 5,68 g	9,76 g 2,17 g 0,84 g	12,96 g 10,28 g 4,24 g	6,30 g 6,28 g 1,69 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	45,00 g 0,00 g 1,55 g	54,12 g 9,20 g 0,47 g	49,17 g 14,99 g 1,32 g	46,09 g 0,00 g 1,46 g	38,33 g 5,02 g 1,37 g
Ebéd	Fokhagymakrém leves, Piritott tészta, Serpenyős burgonya, Főtt virsli, Uborka saláta, Félbarna kenyér	Bakonyi betyárleves, Szélesmetélt, Dejósórat, Ózibarack	Kölesleves, Vagdalt /sertés/, Zöldborsófőzelék, Félbarna kenyér	Lebbencsleves, Csirke pörkölt, Párolt rizsköret, Alma	Karfiolkrémleves, Levesgyöngy, Milánói ragu, Spagetti, Reszelt sajt
(00474) Iskolás gyermek XX.	Energia: 839,85 Kcal / 3 510,57 KJ	Energia: 1 002,26 Kcal / 4 189,45 KJ	Energia: 654,24 Kcal / 2 734,72 KJ	Energia: 644,04 Kcal / 2 692,09 KJ	Energia: 975,39 Kcal / 4 077,13 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
	28,99 g 35,77 g 11,47 g	29,28 g 42,25 g 6,11 g	27,66 g 30,51 g 6,73 g	24,58 g 14,56 g 2,41 g	32,61 g 52,22 g 13,84 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	97,69 g 10,43 g 7,18 g	124,59 g 25,72 g 1,70 g	66,84 g 2,86 g 2,64 g	101,44 g 0,70 g 4,79 g	90,74 g 0,00 g 7,87 g
Üzsonna	Trappista sajt, Margarin, vajízú, Teljes kiőrlésű kenyér	Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, Szezámagos zsemle	Halkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Túrós batyu
(00474) Iskolás gyermek XX.	Energia: 377,95 Kcal / 1 579,83 KJ	Energia: 262,97 Kcal / 1 099,21 KJ	Energia: 230,55 Kcal / 963,70 KJ	Energia: 203,71 Kcal / 851,51 KJ	Energia: 251,20 Kcal / 1 050,02 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
	17,14 g 19,64 g 9,34 g	12,26 g 8,80 g 2,96 g	10,38 g 9,55 g 3,72 g	6,86 g 4,23 g 0,70 g	8,60 g 0,00 g 0,00 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	33,04 g 0,00 g 1,91 g	33,40 g 0,00 g 1,83 g	26,30 g 0,00 g 1,55 g	34,31 g 0,00 g 1,20 g	41,30 g 0,00 g 0,00 g