

37/2014 (IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
08 Iskola reggeli		Tea Főtt kemény tojás 4. Margarin Paradicsom Kenyér teljes kiőrlésű 0,5 kg	Tej TÚRÓS BATYU	Tea Sertésmájkrém Zsemle teljes kiőrlésű Uborka	Tea GÉPSONKA Margarin Kenyér teljes kiőrlésű 0,5 kg
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 797Kcal/3336KJ szénhidrát: 59,6g fehérje: 13,6g cukor: 20,9g zsír/telített só.: 54,8g/0g 1,10g	energia: 188Kcal/788KJ szénhidrát: 27,1g fehérje: 10,2g cukor: 3,3g zsír/telített só.: 4,9g/0g 0,27g	energia: 401Kcal/1679KJ szénhidrát: 80,0g fehérje: 13,7g cukor: 20,9g zsír/telített só.: 2,8g/0g 1,39g	energia: 811Kcal/3393KJ szénhidrát: 57,3g fehérje: 21,1g cukor: 20,9g zsír/telített só.: 54,2g/0g 1,61g
01 Iskola A		Burgonyaleves 4. Sertéspörkölt 4. Tésztaköret 4. Csemege uborka	Vajgaluskaleves Sajtos csirkemell 4. Burgonyapüré 4. Vágott vegyes savanyúság	Gyümölcsleves 4. Bácskai rizseshús 4. Csemege uborka	Lencseleves 4. Sajtos metélt 4. ALMA
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 1048Kcal/4384KJ szénhidrát: 119,6g fehérje: 47,5g cukor: 0,7g zsír/telített só.: 39,2g/0g 5,07g	energia: 1140Kcal/4772KJ szénhidrát: 101,4g fehérje: 58,4g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 54,4g/0g 5,94g	energia: 1076Kcal/4501KJ szénhidrát: 164,9g fehérje: 41,3g cukor: 26,4g zsír/telített só.: 25,9g/0g 3,15g	energia: 1263Kcal/5286KJ szénhidrát: 158,1g fehérje: 50,1g cukor: 19,1g zsír/telített só.: 46,9g/0g 5,03g
38 Iskola Vacsora		Hamburger	Gulyásleves, zöldséges 4. Kenyér teljes kiőrlésű 0,5 kg	Felvágott, csemege szalámi Margarin Kenyér 0,5 Paradicsom	
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 59Kcal/246KJ szénhidrát: 6,0g fehérje: 2,3g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 8,8g/0g 0,47g	energia: 751Kcal/3141KJ szénhidrát: 85,0g fehérje: 35,9g cukor: 2,2g zsír/telített só.: 25,8g/0g 5,36g	energia: 814Kcal/3406KJ szénhidrát: 43,1g fehérje: 15,9g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 61,2g/0g 1,71g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g