




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

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek										
01 Iskola A	FokhagymakréMLEVES levesgyöNGGYEL Paprikás burgonya Csemege uborka Kenyér teljes kiőRLÉSŰ 0,5 kg	Tarhonyaleves 4. TőKFőZELÉK 4. Vagdaltpogácsa sertéshúsból 4. Kenyér teljes kiőRLÉSŰ 0,5 kg	Zöldborsóleves 4. SertéspörköLT 4. TésztaKÖRET 4. Csemege uborka	Daragaluska leves 4. Sajtos csirkemell 4. PetreZselymes rizs 4.	Jókai bableves Burgonyás tészta 4. Kenyér teljes kiőRLÉSŰ 0,5 kg ALMA										
	energia: 903Kcal/3777KJ szénhidrát: 127,8g 	fehérje: 27,8g cukor: 0,0g	zsír/telített: 26,9g/0g só.: 4,75g	energia: 933Kcal/3905KJ szénhidrát: 124,7g 	fehérje: 44,9g cukor: 4,3g	zsír/telített: 24,4g/0g só.: 5,74g	energia: 1046Kcal/4377KJ szénhidrát: 117,4g 	fehérje: 50,3g cukor: 1,3g	zsír/telített: 39,4g/0g só.: 5,10g	energia: 950Kcal/3974KJ szénhidrát: 94,9g 	fehérje: 45,9g cukor: 3,1g	zsír/telített: 42,9g/0g só.: 7,34g	energia: 1465Kcal/6129KJ szénhidrát: 204,6g 	fehérje: 55,0g cukor: 19,1g	zsír/telített: 43,1g/0g só.: 5,10g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g	fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	zsír/telített: 0,0g/0g só.: 0,00g