

		Május 05. Hétfő	Május 06. Kedd	Május 07. Szerda	Május 08. Csütörtök	Május 09. Péntek					
Tízórai	Iskola felső	Citromos tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal Kígyóuborkával	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal	Narancsos limonádé Majonézes tonhalkrémés Rozskenyér	Kakaó Kalács	Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával					
		Energia295.76 KCal	Energia334.97 KCal	Energia331.64 KCal	Energia379.69 KCal	Energia307 KCal					
		Energia KJ1237.46 Kj	Energia KJ1401.51 Kj	Energia KJ1387.58 Kj	Energia KJ1588.63 Kj	Energia KJ1284.48 Kj					
		Zsír7.89 g	Zsír5.6 g	Zsír14.67 g	Zsír9.34 g	Zsír12.49 g					
		T.Zsírsav3.22 g	T.Zsírsav2.71 g	T.Zsírsav9.75 g	T.Zsírsav4.25 g	T.Zsírsav5.93 g					
		Fehérje7.99 g	Fehérje12.76 g	Fehérje7.15 g	Fehérje14.15 g	Fehérje6 g					
		Szénhidrát48.01 g	Szénhidrát58.18 g	Szénhidrát42.17 g	Szénhidrát59.52 g	Szénhidrát42.16 g					
		Cukor20.13 g	Cukor16.2 g	Cukor10.68 g	Cukor14.57 g	Cukor12 g					
		Só1.45 g	Só0.33 g	Só0.73 g	Só0.9 g	Só0.51 g					
		17	17	134710	1378	17					
Ebéd	Iskola felső	Sajtkrémleves Levesgyönggyel Rakott karfiol bulgurral	Magyaros csipetkeleves Zöldborsófőzelék Csirke nuggets Félbarna kenyérrel	Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával Alma	Vajgaluskaleves Sertéspaprikás Szarvacska tésztával Céklasalátával	Fűszeres meggyleves* Roston sült csirkemell Párolt zöldséggel Párolt rizzsel 1/2 adag					
		Energia621.5 KCal	Energia844.35 KCal	Energia623.7 KCal	Energia811.93 KCal	Energia532.21 KCal					
		Energia KJ2600.36 Kj	Energia KJ3532.77 Kj	Energia KJ2609.56 Kj	Energia KJ3397.12 Kj	Energia KJ2226.77 Kj					
		Zsír28.87 g	Zsír34.97 g	Zsír18.35 g	Zsír40.74 g	Zsír15.72 g					
		T.Zsírsav10.47 g	T.Zsírsav3.99 g	T.Zsírsav3.98 g	T.Zsírsav10.64 g	T.Zsírsav3.05 g					
		Fehérje27.42 g	Fehérje39.19 g	Fehérje23.86 g	Fehérje31.39 g	Fehérje24.27 g					
		Szénhidrát64.34 g	Szénhidrát92.27 g	Szénhidrát89.38 g	Szénhidrát78.76 g	Szénhidrát61.25 g					
		Cukor0.13 g	Cukor20 g	Cukor0.01 g	Cukor8.35 g	Cukor12.43 g					
		Só7.3 g	Só7.75 g	Só5.03 g	Só3.19 g	Só2.58 g					
		1378	1378	1379101512	137910111512	1371011121314					
Uzsonna	Iskola felső	Poharas puding Kifli	Tavaszi felvágottas Graham kenyér Margarinnal Paprikával Zabrudí	Vaníliás táska	Paprikás szalámis Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Kígyóuborkával	Kakaós csiga					
		Energia109.28 KCal	Energia239.2 KCal	Energia365.33 KCal	Energia237.54 KCal	Energia163.83 KCal					
		Energia KJ457.23 Kj	Energia KJ1000.81 Kj	Energia KJ1528.54 Kj	Energia KJ993.87 Kj	Energia KJ685.46 Kj					
		Zsír0.28 g	Zsír7.1 g	Zsír26.46 g	Zsír9.64 g	Zsír8.77 g					
		T.Zsírsav0.1 g	T.Zsírsav2.55 g	T.Zsírsav10.07 g	T.Zsírsav3.62 g	T.Zsírsav2.34 g					
		Fehérje3.76 g	Fehérje9.58 g	Fehérje11.71 g	Fehérje8.85 g	Fehérje1.81 g					
		Szénhidrát22.8 g	Szénhidrát34.16 g	Szénhidrát19.66 g	Szénhidrát28.78 g	Szénhidrát19.2 g					
		Cukor0 g	Cukor0 g	Cukor0 g	Cukor0.15 g	Cukor10.04 g					
		Só0.41 g	Só1.65 g	Só1.38 g	Só0.75 g	Só0.32 g					
		17	167581112	173612	17	173612					
Allergén lista		1Glutén2Rák3Tojás4Hal5Földimogyoró6Szója7Tejtermék, laktóz8Diófélék9Zeller10Mustár					11Szezám12Kéndioxid, szulfít13Csillagfűrt14Puhatestűek15Mesterséges édesítőszer16Édesgyökér				