

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
	(00482) Gyermek (7-14év) A menü	Tej vaníliás isk*[7], Vajkrém*[7], Zsemle Isk [1]	Gyümölcsstea erdei 0,3*, Trappista sajt szelet isk[7], Margarin Liga, Teljeskiörlésű kenyér Isk[1]	Kakaó isk*[7,(5)], Stangli Isk [1]	Gyümölcsstea málna 0,3*, Tonhalkrém isk*[7], Teljeskiörlésű kenyér Isk[1]	Tej 1,5% Alf.[7], Csicseriborsókrém[7], Teljeskiörlésű kenyér Isk[1], Paprika isk.
		Energia: 416.66 Kcal / 1,741.64 KJ	Energia: 297.06 Kcal / 1,241.71 KJ	Energia: 327.25 Kcal / 1,367.91 KJ	Energia: 243.84 Kcal / 1,019.25 KJ	Energia: 321.17 Kcal / 1,342.49 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15.33 g14.21 g7.04 g	13.41 g11.63 g5.74 g	14.95 g4.36 g1.99 g	8.38 g7.38 g3.45 g	16.30 g7.25 g3.64 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00482) Gyermek (7-14év) A menü	56.96 g5.59 g0.38 g	28.39 g6.48 g0.49 g	56.98 g0.76 g	28.73 g6.47 g0.25 g	40.77 g0.25 g0.43 g
		1,7	1,7	1,7,(5)	1,7	1,7
		Csontleves isk*[9], Levestésztabetét dur. isk*[1], Hal nuggets isk*, Zöldbabfőzelék isk.*[1,7], Teljeskiörlésű kenyér Isk E[1]	Zöldségkrémleves isk*[1,7,9], Napraforgómag, Tarhonyáshús durum isk[1], Céklasaláta isk*[15]	Karfiolleves magyaros isk*[1], Húsgombóc isk*[3], Paradicsom isk., Főtt burgonya/fél köret *	Sertésraguleves isk*[1,3,9], Tejbedara isk*[1,7], Kakaó szórás isk*(5), Nektarin	Tojásleves isk.[1,3], Csirke gyros isk*, Párolt rizs isk*, Tzatziki saláta isk[7]
		Energia: 701.89 Kcal / 2,933.90 KJ	Energia: 844.15 Kcal / 3,528.55 KJ	Energia: 560.41 Kcal / 2,342.51 KJ	Energia: 557.60 Kcal / 2,330.77 KJ	Energia: 725.13 Kcal / 3,031.04 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
Uzsonna	(00494) Gyermek 7-14 B menü	17.28 g18.86 g3.64 g	34.27 g38.97 g10.16 g	26.85 g14.68 g3.20 g	24.19 g15.76 g5.01 g	30.86 g25.70 g1.61 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		81.88 g1.80 g1.95 g	87.59 g0.03 g1.42 g	78.69 g0.06 g1.49 g	79.45 g27.97 g1.01 g	92.74 g2.17 g1.31 g
		1,7,9	1,7,9,15	1,3	1,3,7,9,(5)	1,3,7
		Csontleves isk*[9], Levestésztabetét dur. isk*[1], Kelkáposzta főzelék isk*[1,7], Vagdalt isk*[1,3], Teljeskiörlésű kenyér Isk E[1]	Zöldségkrémleves isk*[1,7,9], Pírtott napraforgómag[11], Paprikásburgonya , Teljeskiörlésű kenyér Isk E[1], Kovászos uborka	Karfiolleves magyaros isk*[1], Bakonyi sertésragu isk*[1,7], Párolt rizs isk*	Sertésraguleves isk*[1,3,9], Tészta köret durum isk*[1], Túró isk.[7], Tejföl isk[7], Nektarin	Tojásleves isk.[1,3], Rántott sertésszelet isk[1,3,7], Petrezselymes burgonya isk*, Csalamádé[15,(10,12)]
	(00482) Gyermek (7-14év) A menü	Energia: 781.07 Kcal / 3,264.87 KJ	Energia: 633.17 Kcal / 2,646.65 KJ	Energia: 794.17 Kcal / 3,319.63 KJ	Energia: 681.96 Kcal / 2,850.59 KJ	Energia: 763.85 Kcal / 3,192.89 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		37.17 g26.49 g5.28 g	20.01 g19.02 g2.75 g	35.22 g23.72 g5.75 g	32.15 g17.13 g5.42 g	36.58 g23.57 g4.94 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		91.68 g0.27 g1.85 g	88.43 g0.03 g2.18 g	108.85 g0.06 g1.69 g	98.09 g0.00 g0.99 g	99.30 g7.44 g2.11 g
	(00482) Gyermek (7-14év) A menü	1,3,7,9	1,7,9,11	1,7	1,3,7,9	1,3,7,15,(10),(12)
		Felvágott Prit.Csirk.sonka isk, Margarin Liga, Félbarna kenyér Isk[1], Kígyóborka isk.	Padlizsánkrém[7], Zsemle Isk [1]	Körözött isk*[7], Teljeskiörlésű kenyér Isk[1], Paprika isk.	Felvágott Sajtos párizsi isk[7], Margarin Liga, Zsemle Isk [1], Paradicsom isk.	Ízes levél[1,7,(3,6,12)]
		Energia: 248.30 Kcal / 1,037.89 KJ	Energia: 229.03 Kcal / 957.35 KJ	Energia: 194.88 Kcal / 814.60 KJ	Energia: 318.78 Kcal / 1,332.50 KJ	Energia: 204.80 Kcal / 856.06 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12.74 g8.58 g2.41 g	6.92 g4.41 g2.64 g	9.79 g3.69 g1.29 g	11.74 g12.12 g4.20 g	2.27 g6.00 g2.92 g
	(00482) Gyermek (7-14év) A menü	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		29.60 g0.00 g0.56 g	39.45 g0.40 g0.51 g	24.28 g0.00 g0.41 g	40.48 g0.00 g0.80 g	24.00 g12.55 g0.41 g
		1	1,7	1,7	1,7	1,7,(3),(6),(12)
						
						