

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
12 Felső iskola reggeli	Tej 3 Párizsikrém Zsemle Zöldpaprika	Tejbegríz kakaószórással	Tea Bundáskenyér	Kifli Gyümölcsjoghurt	Gyümölcs tea Főtt kolbász Mustár Rozs kenyér
	energia: 462Kcal/1931KJ szénhidrát: 48,5g fehérje: 17,3g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 20,8g/0g só: 0,63g 	energia: 271Kcal/1132KJ szénhidrát: 40,4g fehérje: 8,8g cukor: 15,0g zsír/tejtett: 7,5g/0g só: 0,23g 	energia: 457Kcal/1914KJ szénhidrát: 39,1g fehérje: 9,5g cukor: 7,5g zsír/tejtett: 28,7g/3g só: 1,32g 	energia: 208Kcal/869KJ szénhidrát: 32,9g fehérje: 9,1g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 6,4g/0g só: 1,01g 	energia: 366Kcal/1533KJ szénhidrát: 27,2g fehérje: 16,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 21,3g/0g só: 0,83g 
13 Felső iskola ebéd	Paradicsomleves 3 Rakott zöldbab 3 Cerbona szelet	Füstölt húsos szárazbab leves 3 Túrós tészta 3. Gyümölcs	Hagymakrémleves 3 Zöldborsós csirkemáj 3. Petrezselymes rizs 3. Vitamin saláta 3	Daragaluska leves 3. Paradicsomos burgonyafőzelék 3. Sertéspörkölt 3 Kenyér Gyümölcs	Vegyes gyümölcsleves 3 Toszkánai Pulykaragu nokedli 3 Csemegeuborka
	energia: 5024Kcal/21019 szénhidrát: 694,9g fehérje: 73,1g cukor: 344,0g zsír/tejtett: 199,6g/140g só: 2,41g 	energia: 770Kcal/3223KJ szénhidrát: 94,3g fehérje: 36,0g cukor: 11,0g zsír/tejtett: 25,3g/0g só: 2,60g 	energia: 416Kcal/1740KJ szénhidrát: 27,1g fehérje: 26,5g cukor: 3,6g zsír/tejtett: 22,1g/0g só: 0,27g 	energia: 668Kcal/2797KJ szénhidrát: 89,4g fehérje: 30,6g cukor: 7,3g zsír/tejtett: 16,9g/2g só: 1,37g 	energia: 1219Kcal/5098KJ szénhidrát: 89,2g fehérje: 32,3g cukor: 21,1g zsír/tejtett: 13,4g/0g só: 0,16g 
14 Felső iskola uzsonna	Teljes kiőrlésű zsemle Margarin Lapkasajt	Zöldséges hamburger	Szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom	Gépsonka Vaj Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Nutellás korpás zsemle
	energia: 454Kcal/1898KJ szénhidrát: 58,8g fehérje: 4,2g cukor: 0,9g zsír/tejtett: 15,2g/0g só: 0,41g 	energia: 188Kcal/785KJ szénhidrát: 12,5g fehérje: 3,1g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 4,3g/0g só: 1,25g 	energia: 512Kcal/2141KJ szénhidrát: 60,3g fehérje: 5,0g cukor: 0,9g zsír/tejtett: 20,0g/0g só: 0,05g 	energia: 510Kcal/2133KJ szénhidrát: 60,0g fehérje: 5,1g cukor: 0,9g zsír/tejtett: 3,3g/0g só: 0,27g 	energia: 285Kcal/1194KJ szénhidrát: 41,8g fehérje: 5,8g cukor: 0,1g zsír/tejtett: 9,5g/0g só: 0,68g 
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/tejtett: 0,0g/0g só: 0,00g