

Hétfő 2023.04.17	Kedd 2023.04.18.	Szerda 2023.04.19.	Csütörtök 2023.04.20.	Péntek 2023.04.21.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (natúr)t.örlésű kenyér (Móra) Uborka (Móra) E:1 277(Kj) 305(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,63(g)	Kakaó (Móra) (07.) Briós(Móra) (01,07,03.) E:1 431(Kj) 342(KCal) F: 13(g)Kol: 25(g)Sz: 54(g) Zsír: 7(g)Cuk: 12(g)Só:0,15(g)	Erdeigyümölcsös tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (07,01.) Jégcsapretek (Móra) E:1 344(Kj) 321(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,16(g)	Tej (Móra) (07.) Kakaós kalács (Móra) (01,07,03.) E:1 670(Kj) 400(KCal) F: 15(g)Kol: 30(g)Sz: 56(g) Zsír: 10(g)Cuk: 5(g)Só:0,27(g)	Kakaó (Móra) (07.) Zsemle (Móra) (01.) E:1 293(Kj) 309(KCal) F: 13(g)Kol: 25(g)Sz: 54(g) Zsír: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,35(g)
Ebéd Fejttettableves (Móra) (01,03,07,09,10,12.) Milánói spagetti (Móra) (01,03,09.) E:2 838(Kj) 679(KCal) F: 29(g)Kol: 62(g)Sz: 93(g) Zsír: 20(g)Cuk: 9(g)Só:3,34(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01.) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:2 743(Kj) 656(KCal) F: 31(g)Kol: 38(g)Sz: 89(g) Zsír: 18(g)Cuk: 21(g)Só:2,36(g)	Grízgaluska leves (Móra) Burgonya főzelék (Móra) (01,12,07,03,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) E:2 588(Kj) 619(KCal) F: 23(g)Kol: 47(g)Sz: 73(g) Zsír: 31(g)Cuk: 1(g)Só:4,16(g)	Karfiollevés tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Sertésragu pirított csirkemájjal (Móra) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 046(Kj) 729(KCal) F: 33(g)Kol: 59(g)Sz: 78(g) Zsír: 30(g)Cuk: 1(g)Só:3,90(g)	Sertésraguleves tejfölös (Móra) (03,01,07,09,10.) Burgonyás tészta (Móra) (12,01,03.) Csemege uborka (Móra) Banán (Móra) E:2 841(Kj) 680(KCal) F: 23(g)Kol: 50(g)Sz:100(g) Zsír: 18(g)Cuk: 0(g)Só:3,05(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,07,03.) E:1 919(Kj) 459(KCal) F: 18(g)Kol: 20(g)Sz: 66(g) Zsír: 20(g)Cuk: 3(g)Só:0,15(g)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (07,01.) Retek (Móra) E:1 640(Kj) 392(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsír: 18(g)Cuk: 0(g)Só:1,50(g)	Joghurt gyümölcsös (Móra) (07.) Barna magvas zsemle (Móra) (01.) E:1 092(Kj) 261(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsír: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,35(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M(01,07.) Uborka (Móra) E:1 376(Kj) 329(KCal) F: 13(g)Kol: 21(g)Sz: 39(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,04(g)	Sajtkrémes t.örlésű kenyér (Móra) (07,01.) Rostos gyümölcslé (Móra) E:1 704(Kj) 408(KCal) F: 8(g)Kol: 10(g)Sz: 71(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,63(g)