

Hétfő 2024.01.08	Kedd 2024.01.09.	Szerda 2024.01.10.	Csütörtök 2024.01.11.	Péntek 2024.01.12.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natur)t.örlésű kenyér (Móra) Üborka (Móra) E:1 157(Kj) 277(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,54(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) E:1 244(Kj) 298(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 50(g) Zsír: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,35(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (07,01.) Jégsaprettek (Móra) E:1 201(Kj) 287(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,95(g)	Tej (Móra) (07.) Fonott kalács (Móra) (01,03,07.) E:1 183(Kj) 283(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 45(g) Zsír: 8(g)Cuk: 4(g)Só:0,20(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli, korpás (Móra) (01,07.) E:1 244(Kj) 298(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 50(g) Zsír: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,35(g)
Ebéd Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Vadas mártás sertéshússal (Móra) (10,07,09,01,03.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:2 590(Kj) 620(KCal) F: 29(g)Kol: 82(g)Sz: 79(g) Zsír: 26(g)Cuk: 3(g)Só:4,58(g)	Tarhonyaleves (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Gyümölcsmártás (Móra) (07,01.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) E:2 223(Kj) 532(KCal) F: 16(g)Kol: 8(g)Sz: 77(g) Zsír: 17(g)Cuk: 21(g)Só:3,63(g)	Zöldborsó leves (Móra) (01,07,03,09,10.) Paprikás burgonya virslivel(Móra) (06,12,01,03,07,09,10.) Vegyesvágott édesítőszerrel(Móra) (10.) E:2 088(Kj) 500(KCal) F: 19(g)Kol: 52(g)Sz: 50(g) Zsír: 23(g)Cuk: 0(g)Só:2,79(g)	Gombaleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Fűszeres pulykafalatok (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Mandarin (Móra) E:2 556(Kj) 611(KCal) F: 21(g)Kol: 23(g)Sz: 72(g) Zsír: 24(g)Cuk: 2(g)Só:3,74(g)	Gulyásleves (Móra) (09,12,03,01,07,10.) Meggyes piskóta (Móra) (03,01,07.) E:2 282(Kj) 546(KCal) F: 24(g)Kol:163(g)Sz: 75(g) Zsír: 15(g)Cuk: 22(g)Só:1,02(g)
Üzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Sajtosrúd (Móra) (01,07,03.) E:1 788(Kj) 428(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 37(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,38(g)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) Sárgarépa (Móra) E:1 338(Kj) 320(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsír: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,29(g)	Joghurt gyümölcsös (Móra) Kifli, olasz (Móra) (01,07.) E:1 101(Kj) 263(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsír: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,35(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M(01,07.) Üborka (Móra) E:1 220(Kj) 292(KCal) F: 11(g)Kol: 18(g)Sz: 33(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,90(g)	Májás t.örlésű kenyér (Móra) (06,01.) Jégsaprettek (Móra) E:1 022(Kj) 245(KCal) F: 9(g)Kol: 56(g)Sz: 33(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,99(g)