

<b>Hétfő</b> 2024.05.06	<b>Kedd</b> 2024.05.07.	<b>Szerda</b> 2024.05.08.	<b>Csütörtök</b> 2024.05.09.	<b>Péntek</b> 2024.05.10.
<b>Tízórai</b> <b>Erdegyümölcsös tea (Móra)</b> <b>Vajkrémes (natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.)</b> <b>Fehérpaprika (Móra)</b>  E:1 236(Kj) 296(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,19(g)	<b>Kakaó (Móra) (07.)</b> <b>Túrós batyu (Móra)</b>  E:1 487(Kj) 356(KCal) F: 14(g)Kol: 25(g)Sz: 55(g) Zsír: 8(g)Cuk: 18(g)Só:0,40(g)	<b>Eper-csipkebogyó tea (Móra)</b> <b>Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M (01,03,06,07,11,08.)</b> <b>Fehérpaprika (Móra)</b>  E:1 471(Kj) 352(KCal) F: 12(g)Kol: 21(g)Sz: 46(g) Zsír: 13(g)Cuk: 7(g)Só:1,60(g)	<b>Tej (Móra) (07.)</b> <b>Kakaós kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 672(Kj) 400(KCal) F: 16(g)Kol: 30(g)Sz: 58(g) Zsír: 10(g)Cuk: 10(g)Só:0,54(g)	<b>Kakaó (Móra) (07.)</b> <b>Zsemle (Móra) (01,11,03,06,08.)</b>  E:1 127(Kj) 270(KCal) F: 11(g)Kol: 25(g)Sz: 46(g) Zsír: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,60(g)
<b>Ebéd</b> <b>Fejtettbaleves (Móra)</b> <b>Csikóstokány (Móra) (01,07.)</b> <b>Tészta köret (Móra) (01,03.)</b> <b>Csemege uborka (Móra)</b>  E:3 259(Kj) 780(KCal) F: 32(g)Kol: 76(g)Sz: 88(g) Zsír: 31(g)Cuk: 0(g)Só:5,94(g)	<b>Grízgaluska leves (Móra)</b> <b>Sertésragu pirított csirkemájjal (Móra)</b> <b>Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Alma (Móra)</b>  E:3 094(Kj) 740(KCal) F: 35(g)Kol:104(g)Sz: 82(g) Zsír: 34(g)Cuk: 1(g)Só:3,69(g)	<b>Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.)</b> <b>Rántott halfilé (Móra) (01,03,04,07.)</b> <b>Petrezselymes burgonya (Móra) (12.)</b> <b>Vitamin saláta öntettel (Móra)</b>  E:2 830(Kj) 677(KCal) F: 37(g)Kol: 67(g)Sz: 78(g) Zsír: 23(g)Cuk: 1(g)Só:4,56(g)	<b>Tárkonyos burgonya leves (Móra) (12,07,01,03,09,10.)</b> <b>Paradicsomos káposzta főzelék (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Pulyka pörkölt (Móra)</b> <b>Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.)</b>  E:3 431(Kj) 821(KCal) F: 37(g)Kol: 42(g)Sz:101(g) Zsír: 28(g)Cuk: 19(g)Só:5,92(g)	<b>Sertéshúsleves (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Stiriai metélt (Móra)</b>  E:2 923(Kj) 699(KCal) F: 33(g)Kol:168(g)Sz: 72(g) Zsír: 29(g)Cuk: 20(g)Só:2,54(g)
<b>Üzsonna</b> <b>Tej poharas(Móra) (07.)</b> <b>Kakaós kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 193(Kj) 285(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 39(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:0,36(g)	<b>Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.)</b> <b>Uborka (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</b>  E:1 461(Kj) 349(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsír: 18(g)Cuk: 0(g)Só:2,06(g)	<b>Krémtúró(Móra) (07.)</b> <b>Kifli, korpás(Móra) (01,03,07,06,08,11.)</b>  E:1 455(Kj) 348(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsír: 9(g)Cuk: 2(g)Só:0,55(g)	<b>Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.)</b> <b>Karalábé (Móra)</b>  E:1 186(Kj) 284(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,72(g)	<b>Sajtkrémes t.örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</b> <b>Banán (Móra)</b>  E:1 499(Kj) 359(KCal) F: 8(g)Kol: 10(g)Sz: 60(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:1,19(g)