

<b>Hétfő</b> 2024.05.13	<b>Kedd</b> 2024.05.14.	<b>Szerda</b> 2024.05.15.	<b>Csütörtök</b> 2024.05.16.	<b>Péntek</b> 2024.05.17.
<b>Tízórai</b> <b>Erdeigyümölcsös tea (Móra)</b> <b>Vajkrémes (natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.)</b> <b>Uborka (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</b>  E:1 209(Kj) 289(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,19(g)	<b>Kakaó (Móra) (07.)</b> <b>Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 667(Kj) 399(KCal) F: 14(g)Kol: 25(g)Sz: 65(g) Zsír: 8(g)Cuk: 17(g)Só:0,58(g)	<b>Eper-csipkebogyó tea (Móra)</b> <b>Melegszendvics (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</b>  E:1 671(Kj) 400(KCal) F: 15(g)Kol: 52(g)Sz: 51(g) Zsír: 14(g)Cuk: 7(g)Só:1,73(g)	<b>Tej (Móra) (07.)</b> <b>Sajtos croissant (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 671(Kj) 400(KCal) F: 13(g)Kol: 30(g)Sz: 40(g) Zsír: 21(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)	<b>Kakaó (Móra) (07.)</b> <b>Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 260(Kj) 302(KCal) F: 12(g)Kol: 25(g)Sz: 51(g) Zsír: 5(g)Cuk: 11(g)Só:0,66(g)
<b>Ebéd</b> <b>Brokkolikrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Tarhonyás hús (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.)</b>  E:2 680(Kj) 641(KCal) F: 30(g)Kol: 73(g)Sz: 66(g) Zsír: 26(g)Cuk: 4(g)Só:4,11(g)	<b>Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.)</b> <b>Óvári csirkemellfilé (Móra) (01,07.)</b> <b>Burgonyapüré(Móra)</b> <b>Alma (Móra)</b>  E:2 949(Kj) 705(KCal) F: 52(g)Kol:246(g)Sz: 48(g) Zsír: 32(g)Cuk: 1(g)Só:4,92(g)	<b>Zöldbableves (tejfölös)(Móra)</b> <b>Bakonyi sertésragu (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.)</b>  E:3 036(Kj) 726(KCal) F: 28(g)Kol: 42(g)Sz: 71(g) Zsír: 34(g)Cuk: 1(g)Só:4,40(g)	<b>Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Gyümölcsmártás (Móra) (01,07.)</b> <b>Sült sertéshús (Móra)</b> <b>Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.)</b>  E:2 514(Kj) 602(KCal) F: 29(g)Kol: 66(g)Sz: 87(g) Zsír: 20(g)Cuk: 24(g)Só:4,17(g)	<b>Pulykaraguleves (tejfölös) (Móra) (01,03,09,07,10.)</b> <b>Szilvásgombóc (Móra) (01,03,07.)</b>  E:2 777(Kj) 664(KCal) F: 26(g)Kol: 22(g)Sz:104(g) Zsír: 14(g)Cuk: 8(g)Só:3,54(g)
<b>Úzsonna</b> <b>Tej poharas(Móra) (07.)</b> <b>Briós(Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 245(Kj) 298(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 41(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,37(g)	<b>Májas t.örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</b> <b>Fehérpaprika (Móra)</b>  E:1 157(Kj) 277(KCal) F: 10(g)Kol: 67(g)Sz: 38(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,73(g)	<b>Joghurt gyümölcsös (Móra) (07.)</b> <b>Zsemle (Móra) (01,11,03,06,08.)</b>  E: 926(Kj) 222(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsír: 3(g)Cuk: 1(g)Só:0,60(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>Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M (01,03,06,07,11,08.)</b> <b>Alma (Móra)</b>  E:1 488(Kj) 356(KCal) F: 12(g)Kol: 21(g)Sz: 47(g) Zsír: 14(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)