

<i>Hétfő</i> 2024.05.20	<i>Kedd</i> 2024.05.21.	<i>Szerda</i> 2024.05.22.	<i>Csütörtök</i> 2024.05.23.	<i>Péntek</i> 2024.05.24.
Tízórai	<p>Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</p> <p>E:1 202(Kj) 288(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 49(g) Zsír: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,66(g)</p>	<p>Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Fehérpaprika (Móra)</p> <p>E:1 158(Kj) 277(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 40(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,43(g)</p>	<p>Tej (Móra) (07.) Gabonapehely (Móra)</p> <p>E:1 547(Kj) 370(KCal) F: 12(g)Kol: 26(g)Sz: 52(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)</p>	<p>Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</p> <p>E:1 202(Kj) 288(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 49(g) Zsír: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,66(g)</p>
Ebéd	<p>Zöldséges árpagyögye leves(Móra) (01,03,07,09,10.) Burgonya főzelék (Móra) (01,03,07,09,10,12.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) Alma (Móra)</p> <p>E:2 493(Kj) 596(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz: 78(g) Zsír: 22(g)Cuk: 1(g)Só:4,06(g)</p>	<p>Zellerkrém leves (Móra) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Csemege uborka (Móra)</p> <p>E:2 537(Kj) 607(KCal) F: 32(g)Kol: 43(g)Sz: 68(g) Zsír: 21(g)Cuk: 1(g)Só:2,94(g)</p>	<p>Karalábéleves (Móra) (01,07,03,09,10.) Budapest tokány (Móra) (01.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra)</p> <p>E:2 461(Kj) 589(KCal) F: 23(g)Kol: 38(g)Sz: 68(g) Zsír: 24(g)Cuk: 0(g)Só:4,14(g)</p>	<p>Gulyásleves (Móra) (09,12,03,01,07,10.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Tejberizs kakaó,fahéj szórattal (Móra)</p> <p>E:2 579(Kj) 617(KCal) F: 30(g)Kol: 75(g)Sz: 95(g) Zsír: 11(g)Cuk: 17(g)Só:1,87(g)</p>
Úzsonna	<p>Margarinos sajtos teljes őrlésű kenyér(M (01,03,06,07,11,08.) Uborka (Móra)</p> <p>E:1 162(Kj) 278(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 31(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,38(g)</p>	<p>Tej poharas(Móra) (07.) Kakaós kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>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)</p>	<p>Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Paradicsom (Móra)</p> <p>E:1 357(Kj) 325(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsír: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,77(g)</p>	<p>Rozsos magvas zsemle (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Kockasajt (Móra) (07,01.) Fehérpaprika (Móra)</p> <p>E: 940(Kj) 225(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsír: 5(g)Cuk: 0(g)Só:1,07(g)</p>