

<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) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>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)</p>	<p>Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Fehérpaprika (Móra)</p> <p>E:1 298(Kj) 310(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsír: 10(g)Cuk: 7(g)Só:1,72(g)</p>	<p>Tej (Móra) (07.) Cabonapehely (Móra) (01.)</p> <p>E:1 610(Kj) 385(KCal) F: 13(g)Kol: 30(g)Sz: 54(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)</p>	<p>Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>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)</p>
Ebéd	<p>Zöldséges árpagyögylevel(Móra) (01,09,03,07,10.) Burgonya főzelék (Móra) (01,12,07,03,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) Alma (Móra)</p> <p>E:2 680(Kj) 641(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 83(g) Zsír: 24(g)Cuk: 1(g)Só:4,16(g)</p>	<p>Zellerkrém leves (Móra) (07,01,03,09,10.) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Csemege uborka (Móra)</p> <p>E:2 960(Kj) 708(KCal) F: 36(g)Kol: 50(g)Sz: 78(g) Zsír: 26(g)Cuk: 1(g)Só:3,86(g)</p>	<p>Karalábéleves (Móra) Budapest tokány (Móra) (01.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra)</p> <p>E:2 843(Kj) 680(KCal) F: 28(g)Kol: 47(g)Sz: 79(g) Zsír: 27(g)Cuk: 1(g)Só:3,86(g)</p>	<p>Gulyásleves (Móra) (01,03,07,09,10,12.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Tejberizs kakaó,fahéj szórattal (Móra)</p> <p>E:2 881(Kj) 689(KCal) F: 32(g)Kol: 82(g)Sz:106(g) Zsír: 13(g)Cuk: 17(g)Só:3,39(g)</p>
Úzsonna	<p>Margarinos sajtos teljes őrlésű kenyér(M (01,03,06,07,11,08.) Uborka (Móra) (01,03,06,07,11,08.)</p> <p>E:1 308(Kj) 313(KCal) F: 11(g)Kol: 21(g)Sz: 37(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(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:1 534(Kj) 367(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 40(g) Zsír: 18(g)Cuk: 0(g)Só:2,06(g)</p>	<p>Rozsos magvas zsemle (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Kockasajt (Móra) (07,01.) Fehérpaprika (Móra)</p> <p>E: 948(Kj) 227(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsír: 5(g)Cuk: 0(g)Só:1,07(g)</p>