

Hétfő 2024.06.03	Kedd 2024.06.04.	Szerda 2024.06.05.	Csütörtök 2024.06.06.	Péntek 2024.06.07.
<p>Tízórai</p> <p>Erdegyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra)</p> <p>E:1 099(Kj) 263(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,02(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>	<p>Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Uborka (Móra)</p> <p>E:1 137(Kj) 272(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,43(g)</p>	<p>Tej (Móra) (07.) Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 270(Kj) 304(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 45(g) Zsír: 7(g)Cuk: 6(g)Só:0,44(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>
<p>Ebéd</p> <p>Karfiolleves tejfőlé (Móra) (07,01,03,09,10.) Lasagne (Móra)</p> <p>E:2 741(Kj) 656(KCal) F: 37(g)Kol:111(g)Sz: 68(g) Zsír: 26(g)Cuk: 4(g)Só:2,20(g)</p>	<p>Gyümölcsleves (Móra) (07,01.) Hentestokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra)</p> <p>E:2 482(Kj) 594(KCal) F: 19(g)Kol: 35(g)Sz: 82(g) Zsír: 20(g)Cuk: 15(g)Só:3,34(g)</p>	<p>Zöldborsó leves (Móra) (01,07,03,09,10.) Rántott halfilé (Móra) (04,03,01,07.) Petrezselymes burgonya (Móra) (12.) Vitamin saláta öntettel (Móra)</p> <p>E:2 447(Kj) 586(KCal) F: 33(g)Kol: 58(g)Sz: 67(g) Zsír: 20(g)Cuk: 1(g)Só:5,06(g)</p>	<p>Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10,12.) Zöldbab főzelék (Móra) (01,12,03,07,09,10.) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Alma (Móra)</p> <p>E:2 933(Kj) 702(KCal) F: 35(g)Kol: 43(g)Sz: 77(g) Zsír: 26(g)Cuk: 1(g)Só:5,92(g)</p>	<p>Sertéshúsleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Burgonyás tészta (Móra) Csemege uborka (Móra)</p> <p>E:1 933(Kj) 462(KCal) F: 19(g)Kol: 43(g)Sz: 62(g) Zsír: 14(g)Cuk: 0(g)Só:2,54(g)</p>
<p>Úzsonna</p> <p>Tej poharas(Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 161(Kj) 278(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 36(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,30(g)</p>	<p>Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M(01,03,06,07,11,08.) Fehérpaprika (Móra)</p> <p>E:1 183(Kj) 283(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 32(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,38(g)</p>	<p>Krémtúró(Móra) Zsemle (Móra) (01,11,03,06,08.)</p> <p>E:1 346(Kj) 322(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsír: 8(g)Cuk: 1(g)Só:0,60(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>Májás t.örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Fehérpaprika (Móra) Túrós rudi (Móra) (07.)</p> <p>E:1 426(Kj) 341(KCal) F: 13(g)Kol: 96(g)Sz: 41(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,47(g)</p>