

Hétfő 2024.06.17	Kedd 2024.06.18.	Szerda 2024.06.19.	Csütörtök 2024.06.20.	Péntek 2024.06.21.
Tízórai Erdegyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (natúr)t.örlesű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 177(Kj) 281(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)	Tej (Móra) (07.) Rozsos magvas zsemle (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 239(Kj) 296(KCal) F: 14(g)Kol: 30(g)Sz: 45(g) Zsír: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,90(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Fehérpaprika (Móra) E:1 265(Kj) 303(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsír: 10(g)Cuk: 5(g)Só:1,72(g)	Tej (Móra) (07.) Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 602(Kj) 383(KCal) F: 16(g)Kol: 30(g)Sz: 58(g) Zsír: 9(g)Cuk: 8(g)Só:0,58(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 194(Kj) 286(KCal) F: 12(g)Kol: 25(g)Sz: 47(g) Zsír: 5(g)Cuk: 7(g)Só:0,66(g)
Ebéd Paradicsom leves (Móra) (09,01,03,07,10.) Zöldborsós sertéstokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:2 679(Kj) 641(KCal) F: 26(g)Kol: 53(g)Sz: 77(g) Zsír: 23(g)Cuk: 8(g)Só:5,06(g)	Karalábéleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Fűszeres csirkemellcsikok(Móra) (01.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:2 635(Kj) 630(KCal) F: 35(g)Kol: 40(g)Sz: 75(g) Zsír: 20(g)Cuk: 1(g)Só:4,56(g)	Zöldbableves (tejfölös)(Móra) (01,03,07,09,10.) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Csemege uborka (Móra) E:2 961(Kj) 708(KCal) F: 36(g)Kol: 48(g)Sz: 79(g) Zsír: 25(g)Cuk: 1(g)Só:4,34(g)	Zöldséges árpagyögleves(Móra) (09,01,03,07,10.) Gyümölcsmártás (Móra) (01,03,06,07,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:2 790(Kj) 667(KCal) F: 30(g)Kol: 59(g)Sz: 96(g) Zsír: 17(g)Cuk: 24(g)Só:4,00(g)	Gulyásleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Tejbegriz kakaó,fahéj szórattal (Móra) (07,01.) E:2 279(Kj) 545(KCal) F: 34(g)Kol: 88(g)Sz: 88(g) Zsír: 14(g)Cuk: 7(g)Só:3,69(g)
Üzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Pizzás csiga (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 603(Kj) 383(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 35(g) Zsír: 21(g)Cuk: 3(g)Só:0,68(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M(01,03,06,07,11,08.) Paradicsom (Móra) E:1 381(Kj) 330(KCal) F: 12(g)Kol: 21(g)Sz: 40(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)	Krémtúró(Móra) (07.) Kifli, korpás(Móra) (01,03,07,06,08,11.) 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)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 461(Kj) 350(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsír: 18(g)Cuk: 0(g)Só:2,06(g)	Sajtos croassant (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Rostos gyümölcslé (Móra) E:1 724(Kj) 412(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsír: 17(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)