

<b>Hétfő</b> 2024.09.02	<b>Kedd</b> 2024.09.03.	<b>Szerda</b> 2024.09.04.	<b>Csütörtök</b> 2024.09.05.	<b>Péntek</b> 2024.09.06.
<p><b>Tízórai</b></p> <p><b>Erdegyümölcsös tea</b> (Móra) <b>Vajkrémes (natúr)t.örlesű kenyér</b> (Móra) (07,01,03,06,11,08.) <b>Uborka</b> (Móra)</p> <p>E:1 176(Kj) 281(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)</p>	<p><b>Tej</b> (Móra) <b>Kifli, olasz</b> (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 062(Kj) 254(KCal) F: 13(g)Kol: 30(g)Sz: 39(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,60(g)</p>	<p><b>Eper-csipkebogyó tea</b> (Móra) <b>Sonkás szendvics</b> (Móra) (07,01,03,06,11,08.) <b>Uborka</b> (Móra)</p> <p>E:1 237(Kj) 296(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,72(g)</p>	<p><b>Tej</b> (Móra) <b>Kakaós kalács</b> (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 672(Kj) 400(KCal) F: 16(g)Kol: 30(g)Sz: 58(g) Zsir: 10(g)Cuk: 10(g)Só:0,54(g)</p>	<p><b>Kakaó</b> (Móra) (07.) <b>Kifli</b> (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 194(Kj) 286(KCal) F: 12(g)Kol: 25(g)Sz: 47(g) Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:0,66(g)</p>
<p><b>Ebéd</b></p> <p><b>Karfiolleves tejfölös</b> (Móra) <b>Tarhonyás hús</b> (Móra) (01,03,07,09,10.) <b>Csemege uborka</b> (Móra)</p> <p>E:2 425(Kj) 580(KCal) F: 27(g)Kol: 72(g)Sz: 60(g) Zsir: 23(g)Cuk: 1(g)Só:3,07(g)</p>	<p><b>Zellerkrém leves</b> (Móra) (01,07,09,03,10.) <b>Mexikói csirkeragu</b> (Móra) (01,03,07,09,10.) <b>Bulgur</b> (Móra)</p> <p>E:2 696(Kj) 645(KCal) F: 33(g)Kol: 36(g)Sz: 68(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:2,60(g)</p>	<p><b>Zöldborsó leves</b> (Móra) (07,03,01,09,10.) <b>Sertésragu pirított csirkemájjal</b> (Móra) (01,03,07,09,10.) <b>Főtt burgonya</b> (Móra) <b>Alma</b> (Móra)</p> <p>E:2 388(Kj) 571(KCal) F: 32(g)Kol: 58(g)Sz: 61(g) Zsir: 21(g)Cuk: 1(g)Só:4,37(g)</p>	<p><b>Lebbensleves</b>(Móra) (01,03,07,09,10.) <b>Almamártás</b> (Móra) (01,07,03,06,09,10.) <b>Fasírtgolyó</b> (Móra) (06,01.) <b>Teljes örlésű kenyér</b>(Móra) (01,03,06,07,11,08.)</p> <p>E:3 029(Kj) 725(KCal) F: 24(g)Kol: 10(g)Sz:104(g) Zsir: 23(g)Cuk: 26(g)Só:5,39(g)</p>	<p><b>Gulyásleves</b> (Móra) <b>Teljes örlésű kenyér</b>(Móra) (01,03,06,07,11,08.) <b>Tejberizs kakaó,fahéj szórattal</b> (Móra) (07.)</p> <p>E:2 881(Kj) 689(KCal) F: 32(g)Kol: 82(g)Sz:106(g) Zsir: 13(g)Cuk: 17(g)Só:1,89(g)</p>
<p><b>Úzsonna</b></p> <p><b>Tej poharas</b>(Móra) (07.) <b>Briós</b>(Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 245(Kj) 298(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 41(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,37(g)</p>	<p><b>Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér</b>(Móra) (01,03,06,07,11,08.) <b>Alma</b> (Móra)</p> <p>E:1 488(Kj) 356(KCal) F: 12(g)Kol: 21(g)Sz: 47(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)</p>	<p><b>Krémtúró</b>(Móra) (07.) <b>Kifli, korpás</b>(Móra) (01,03,07,06,08,11.)</p> <p>E:1 455(Kj) 348(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsir: 9(g)Cuk: 2(g)Só:0,55(g)</p>	<p><b>Kockasajt</b> (Móra) (07,01.) <b>Kifli</b> (törlesű) <b>Móra</b> (01,03,06,07,08,11.) <b>Sárgarépa</b> (Móra)</p> <p>E: 873(Kj) 209(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 5(g)Cuk: 3(g)Só:0,83(g)</p>	<p><b>Szalámis marg.t.ő.kenyér</b> (Móra) (07,01,03,06,11,08.) <b>Banán</b> (Móra)</p> <p>E:1 887(Kj) 452(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 60(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:2,06(g)</p>