

Hétfő 2024.09.16	Kedd 2024.09.17.	Szerda 2024.09.18.	Csütörtök 2024.09.19.	Péntek 2024.09.20.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)törlesű kenyér (Móra) (01.03.06,07,11,08.) Uborka (Móra) E:1 066(Kj) 255(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,02(g)	Tej (Móra) Kifli, korpás (Móra) (01.03,07,06,08,11.) E:1 108(Kj) 265(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 41(g) Zsír: 5(g)Cuk: 2(g)Só:0,55(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Melegszendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) E:1 417(Kj) 339(KCal) F: 13(g)Kol: 45(g)Sz: 42(g) Zsír: 12(g)Cuk: 5(g)Só:1,34(g)	Tej (Móra) Kakaós kalács (Móra) (01.03,06,07,08,11.) E:1 322(Kj) 316(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 45(g) Zsír: 8(g)Cuk: 7(g)Só:0,41(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01.03,06,07,08,11.) E:1 152(Kj) 276(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 46(g) Zsír: 4(g)Cuk: 7(g)Só:0,66(g)
Ebéd Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,07,10.) Rakott karfiol (Móra) (07,01,03,09,10.) Banán (Móra) E:2 430(Kj) 581(KCal) F: 20(g)Kol: 29(g)Sz: 78(g) Zsír: 20(g)Cuk: 6(g)Só:2,14(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Burgonya főzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) E:2 162(Kj) 517(KCal) F: 20(g)Kol: 15(g)Sz: 60(g) Zsír: 26(g)Cuk: 1(g)Só:3,83(g)	Gyümölcsleves (Móra) (01,07,03,06,09,10.) Bakonyi pulykaragu (Móra) (07,01,03,09,10.) Bulgur (Móra) E:2 502(Kj) 599(KCal) F: 24(g)Kol: 31(g)Sz: 67(g) Zsír: 25(g)Cuk: 6(g)Só:2,58(g)	Csirkemájgombóclevés (Móra) (01,03,07,09,10.) Lecsós aprópecsenye (Móra) (01,03,07,09,10.) Főtt burgonya (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:2 573(Kj) 616(KCal) F: 31(g)Kol: 74(g)Sz: 88(g) Zsír: 17(g)Cuk: 1(g)Só:5,90(g)	Palóclevés (Móra) (07,01,03,09,10.) Mákos metélt (Móra) (01,03.) E:2 685(Kj) 642(KCal) F: 22(g)Kol: 47(g)Sz: 68(g) Zsír: 29(g)Cuk: 12(g)Só:3,04(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Kakaós kifli (Móra) (01.03.06,07,08,11.) 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)	Margarinos sajtos teljes őrlésű kenyér(M (07,01,03,06,11,08.) Sárgarépa (Móra) E:1 149(Kj) 275(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 34(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,38(g)	Sajtos croissant (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Rostos gyümölcslé (Móra) E:1 396(Kj) 334(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 52(g) Zsír: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,48(g)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Uborka (Móra) E:1 292(Kj) 309(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsír: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,77(g)	Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Jégcsapretek (Móra) E:1 011(Kj) 242(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,43(g)