

Hétfő 2024.09.23	Kedd 2024.09.24.	Szerda 2024.09.25.	Csütörtök 2024.09.26.	Péntek 2024.09.27.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)t.örlésű 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 (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 132(Kj) 271(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 42(g) Zsír: 5(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 104(Kj) 264(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,43(g)	Tej (Móra) Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.) 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)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli, olasz (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 019(Kj) 244(KCal) F: 11(g)Kol: 23(g)Sz: 41(g) Zsír: 4(g)Cuk: 6(g)Só:0,60(g)
Ebéd Zöldségleves (Móra) Zabpelyhes paradicsomos húsgombóc (Móra) (01,03,07,09,10.) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:2 341(Kj) 560(KCal) F: 23(g)Kol: 98(g)Sz: 82(g) Zsír: 15(g)Cuk: 13(g)Só:3,89(g)	Brokkolikrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Óvári csirkemellfilé (Móra) (01,07.) Burgonyapüré (Móra) (07.) Csemege uborka (Móra) E:2 604(Kj) 623(KCal) F: 47(g)Kol: 70(g)Sz: 44(g) Zsír: 27(g)Cuk: 3(g)Só:4,93(g)	Karalábéleves (Móra) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Vegyesvágtott édesítőszerrel(Móra) (10.) E:2 399(Kj) 574(KCal) F: 32(g)Kol: 42(g)Sz: 68(g) Zsír: 17(g)Cuk: 0(g)Só:2,53(g)	Tarhonyaleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (07,01,03,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Alma (Móra) E:2 293(Kj) 549(KCal) F: 28(g)Kol: 50(g)Sz: 60(g) Zsír: 20(g)Cuk: 7(g)Só:2,54(g)	Pulykaraguleves (tejfölös) (Móra) (10,07,01,09,03.) Tejespite baracklekvárral(Móra) (07,01,03.) E:2 371(Kj) 567(KCal) F: 25(g)Kol:145(g)Sz: 86(g) Zsír: 12(g)Cuk: 16(g)Só:2,05(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Sajtosrúd (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 368(Kj) 327(KCal) F: 10(g)Kol: 20(g)Sz: 31(g) Zsír: 18(g)Cuk: 2(g)Só:0,45(g)	Májás t.örlésű kenyér (Móra) (06,01,03,07,11,08.) Jégcsapretek (Móra) E: 964(Kj) 231(KCal) F: 8(g)Kol: 56(g)Sz: 31(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:1,47(g)	Krémtúró(Móra) (07.) T.ó.meggyes rétes (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 510(Kj) 361(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsír: 16(g)Cuk: 8(g)Só:0,26(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M (07,01,03,06,11,08.) Karalábé (Móra) E:1 207(Kj) 289(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 33(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,38(g)	Sajtkrémes t.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Alma (Móra) E:1 149(Kj) 275(KCal) F: 7(g)Kol: 10(g)Sz: 42(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,02(g)