

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) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 176(Kj) 281(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)	Tej (Móra) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 195(Kj) 286(KCal) F: 14(g)Kol: 30(g)Sz: 44(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:1 237(Kj) 296(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,72(g)	Tej (Móra) 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, olasz (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 061(Kj) 254(KCal) F: 11(g)Kol: 25(g)Sz: 42(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:2 737(Kj) 655(KCal) F: 25(g)Kol:115(g)Sz: 96(g) Zsír: 17(g)Cuk: 23(g)Só:3,91(g)	Brokkolikrém leves (Móra) (01,07,03,09,10.) Óvári csirkemellfilé (Móra) (07,01.) Burgonyapüré(Móra) (07.) Csemege uborka (Móra) E:2 935(Kj) 702(KCal) F: 52(g)Kol: 80(g)Sz: 51(g) Zsír: 31(g)Cuk: 4(g)Só:4,96(g)	Karalábéleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) Vegyesváogott édesítőszerrel (Móra) (10.) E:2 822(Kj) 675(KCal) F: 37(g)Kol: 49(g)Sz: 79(g) Zsír: 22(g)Cuk: 1(g)Só:3,44(g)	Tarhonyaleves(Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (07,01,03,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Alma (Móra) E:2 844(Kj) 680(KCal) F: 34(g)Kol: 58(g)Sz: 77(g) Zsír: 24(g)Cuk: 8(g)Só:3,17(g)	Pulykaraguleves (tejfölös) (Móra) (01,10,07,09,03.) Tejespite baracklekvárral(Móra) (07,01,03.) E:2 459(Kj) 588(KCal) F: 27(g)Kol:147(g)Sz: 88(g) Zsír: 13(g)Cuk: 16(g)Só:2,04(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Sajtosrúd (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 707(Kj) 408(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 39(g) Zsír: 23(g)Cuk: 3(g)Só:0,63(g)	Májás t.örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Jégcsapretek (Móra) E:1 135(Kj) 271(KCal) F: 10(g)Kol: 67(g)Sz: 37(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,73(g)	Krémtúró(Móra) (07.) T.ó.meggyes rétes (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 791(Kj) 428(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsír: 20(g)Cuk: 11(g)Só:0,37(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyérM (01,03,06,07,11,08.) Karalábé (Móra) E:1 359(Kj) 325(KCal) F: 12(g)Kol: 21(g)Sz: 39(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)	Sajtkrémes t.örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Alma (Móra) E:1 253(Kj) 300(KCal) F: 7(g)Kol: 10(g)Sz: 47(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,19(g)