

Hétfő 2024.10.21	Kedd 2024.10.22.	Szerda 2024.10.23.	Csütörtök 2024.10.24.	Péntek 2024.10.25.
<p>Tízórai</p> <p>Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)törlesű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Uborka (Móra)</p> <p>E:1 071(Kj) 256(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,02(g)</p>	<p>Tej (Móra) Túrós batyu (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 103(Kj) 264(KCal) F: 12(g)Kol: 26(g)Sz: 37(g) Zsir: 7(g)Cuk: 7(g)Só:0,30(g)</p>		<p>Tej (Móra) Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</p> <p>E:1 270(Kj) 304(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 45(g) Zsir: 7(g)Cuk: 6(g)Só:0,44(g)</p>	<p>Kakaó (Móra) (07.) Kifli, vajas(Móra) (01,06,08,07,11.)</p> <p>E:1 188(Kj) 284(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 46(g) Zsir: 5(g)Cuk: 8(g)Só:0,50(g)</p>
<p>Ebéd</p> <p>Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Vadas mártás sertéshússal (Móra) (10,01,03,07,09.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Alma (Móra)</p> <p>E:2 590(Kj) 620(KCal) F: 29(g)Kol: 82(g)Sz: 79(g) Zsir: 26(g)Cuk: 3(g)Só:4,58(g)</p>	<p>Gombaleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Rántott s.karaj magvas, tepsiben sütvén Burgonyapüré (Móra) (07.) Káposzta saláta (Móra)</p> <p>E:3 177(Kj) 760(KCal) F: 31(g)Kol:101(g)Sz: 78(g) Zsir: 35(g)Cuk: 9(g)Só:4,43(g)</p>		<p>Burgonyaleves,magyaros (Móra) (01,03,07,09,10.) Szárazbab főzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.)</p> <p>E:3 220(Kj) 770(KCal) F: 44(g)Kol: 38(g)Sz: 91(g) Zsir: 24(g)Cuk: 1(g)Só:5,10(g)</p>	<p>Legényfogóleves (Móra) (01,03,10,07,09.) Meggyes piskóta (Móra) (01,03,07.)</p> <p>E:2 197(Kj) 526(KCal) F: 22(g)Kol:137(g)Sz: 73(g) Zsir: 15(g)Cuk: 22(g)Só:2,03(g)</p>
<p>Úzsonna</p> <p>Tej poharas(Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Túró rudi (Móra) (07.)</p> <p>E:1 636(Kj) 391(KCal) F: 17(g)Kol: 60(g)Sz: 51(g) Zsir: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)</p>	<p>Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Jégcsapretek (Móra)</p> <p>E:1 305(Kj) 312(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,77(g)</p>		<p>Sonkás szendvics (Móra) Uborka (Móra)</p> <p>E:1 079(Kj) 258(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:1,78(g)</p>	<p>Kockasajt (Móra) (07,01.) Kifli (törlesű) Móra (01,03,06,07,08,11.) Rostos gyümöleslé (Móra)</p> <p>E:1 451(Kj) 347(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 66(g) Zsir: 5(g)Cuk: 3(g)Só:0,83(g)</p>