

Hétfő 2024.11.11	Kedd 2024.11.12.	Szerda 2024.11.13.	Csütörtök 2024.11.14.	Péntek 2024.11.15.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Uborka (Móra) E:1 071(Kj) 256(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,02(g)	Tej (Móra) Sajtosrúd (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 310(Kj) 313(KCal) F: 11(g)Kol: 26(g)Sz: 32(g) Zsír: 15(g)Cuk: 2(g)Só:0,45(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) Jégcsapretek (Móra) E:1 178(Kj) 282(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsír: 10(g)Cuk: 5(g)Só:1,78(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 Zöldbaleves (tejfölös)(Móra) Tarhonyás hús (Móra) (01,03,07,09,10.) Cékla (Móra) E:2 259(Kj) 540(KCal) F: 22(g)Kol: 57(g)Sz: 61(g) Zsír: 21(g)Cuk: 0(g)Só:3,06(g)	Karfiolkrem leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Óvári csirkemellfilé (Móra) (01,07.) Burgonyapüré (Móra) (07.) Vegyesvágott édesítőszerrel(Móra) (10.) E:2 624(Kj) 628(KCal) F: 47(g)Kol: 70(g)Sz: 47(g) Zsír: 27(g)Cuk: 3(g)Só:4,92(g)	Tojásleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Budapest tokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:2 460(Kj) 588(KCal) F: 23(g)Kol:163(g)Sz: 59(g) Zsír: 27(g)Cuk: 1(g)Só:4,16(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (07,01,03,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:3 043(Kj) 728(KCal) F: 33(g)Kol: 23(g)Sz: 98(g) Zsír: 26(g)Cuk: 7(g)Só:5,18(g)	Pulykaraguleves (tejfölös) (Móra) (10,07,01,09,03.) Mákos metélt (Móra) (01,03.) E:2 515(Kj) 602(KCal) F: 26(g)Kol: 43(g)Sz: 64(g) Zsír: 25(g)Cuk: 12(g)Só:3,05(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 161(Kj) 278(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 36(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,30(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M Alma (Móra) E:1 515(Kj) 362(KCal) F: 13(g)Kol: 32(g)Sz: 42(g) Zsír: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)	Joghurt gyümölcsös (Móra) (07.) Kifli, olasz (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E: 926(Kj) 222(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsír: 3(g)Cuk: 1(g)Só:0,60(g)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Uborka (Móra) E:1 298(Kj) 310(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsír: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,77(g)	Sajtkrémes t.örlésű kenyér (Móra) Jégcsapretek (Móra) E:1 142(Kj) 273(KCal) F: 7(g)Kol: 15(g)Sz: 32(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,02(g)