

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) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 179(Kj) 282(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)	Tej (Móra) Sajtosrúd (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 712(Kj) 410(KCal) F: 13(g)Kol: 30(g)Sz: 41(g) Zsir: 21(g)Cuk: 3(g)Só:0,63(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) Jégcsapretek (Móra) E:1 292(Kj) 309(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 10(g)Cuk: 5(g)Só:1,95(g)	Tej (Móra) Kakaós kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 672(Kj) 400(KCal) F: 16(g)Kol: 30(g)Sz: 58(g) Zsir: 10(g)Cuk: 10(g)Só:0,54(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 194(Kj) 286(KCal) F: 12(g)Kol: 25(g)Sz: 47(g) Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:0,66(g)
Ebéd Zöldbaleves (tejfölös)(Móra) Tarhonyáshús (Móra) (01,03,07,09,10.) Cékla (Móra) E:2 678(Kj) 641(KCal) F: 27(g)Kol: 71(g)Sz: 72(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3,06(g)	Karfiolkrem leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Óvári csirkemellfilé (Móra) (07,01.) Burgonyapüré(Móra) (07.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.) E:2 963(Kj) 709(KCal) F: 52(g)Kol: 80(g)Sz: 54(g) Zsir: 30(g)Cuk: 4(g)Só:4,95(g)	Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Budapest tokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:2 934(Kj) 702(KCal) F: 29(g)Kol:213(g)Sz: 70(g) Zsir: 32(g)Cuk: 1(g)Só:4,36(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:3 378(Kj) 808(KCal) F: 37(g)Kol: 27(g)Sz:110(g) Zsir: 28(g)Cuk: 8(g)Só:5,20(g)	Pulykaraguleves (tejfölös) (Móra) (01,10,07,09,03.) Mákos metélt(Móra) (01,03.) E:2 976(Kj) 712(KCal) F: 30(g)Kol: 49(g)Sz: 75(g) Zsir: 30(g)Cuk: 13(g)Só:3,54(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 417(Kj) 339(KCal) F: 14(g)Kol: 20(g)Sz: 46(g) Zsir: 10(g)Cuk: 9(g)Só:0,40(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(Móra) Alma (Móra) E:1 751(Kj) 419(KCal) F: 17(g)Kol: 43(g)Sz: 47(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:1,94(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) Zsir: 3(g)Cuk: 1(g)Só:0,60(g)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 464(Kj) 350(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:2,06(g)	Sajtkrémes t.örlésű kenyér (Móra) Jégcsapretek (Móra) E:1 410(Kj) 337(KCal) F: 8(g)Kol: 20(g)Sz: 37(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,19(g)