

Hétfő 2024.11.25	Kedd 2024.11.26.	Szerda 2024.11.27.	Csütörtök 2024.11.28.	Péntek 2024.11.29.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)t.örlesű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Jégcsapretek (Móra) E:1 072(Kj) 256(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,02(g)	Tej (Móra) Kakaós kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 135(Kj) 272(KCal) F: 12(g)Kol: 26(g)Sz: 40(g) Zsír: 6(g)Cuk: 5(g)Só:0,36(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Jégcsapretek (Móra) E:1 403(Kj) 336(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsír: 16(g)Cuk: 5(g)Só:1,77(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, 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 Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,07,10.) Rakott zöldséges bulgur (Móra) (07,01,03,09,10.) E:2 364(Kj) 566(KCal) F: 26(g)Kol: 29(g)Sz: 71(g) Zsír: 20(g)Cuk: 6(g)Só:2,13(g)	Grízgaluska leves (Móra) (03,01,09,07,10.) Sütőtökös csirke (Móra) (07,01,03,09,10,06.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:2 880(Kj) 689(KCal) F: 44(g)Kol:107(g)Sz: 88(g) Zsír: 26(g)Cuk: 1(g)Só:4,50(g)	Gyümölcsleves (Móra) (01,07,03,06,09,10.) Bakonyi sertésragu (Móra) (07,01,03,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:2 488(Kj) 595(KCal) F: 20(g)Kol: 37(g)Sz: 68(g) Zsír: 25(g)Cuk: 6(g)Só:2,26(g)	Tarhonyaleves (Móra) Zöldbab főzelék (Móra) Csirkecombfilé pörkölt (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:2 072(Kj) 496(KCal) F: 22(g)Kol: 18(g)Sz: 63(g) Zsír: 16(g)Cuk: 1(g)Só:3,88(g)	Csirkeaguleves(Móra) (07,10,01,03,09.) Meggyes piskóta (Móra) (01,03,07.) Mandarin (Móra) E:2 410(Kj) 576(KCal) F: 22(g)Kol:129(g)Sz: 87(g) Zsír: 14(g)Cuk: 22(g)Só:1,23(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Túró rudi (Móra) (07.) E:1 636(Kj) 391(KCal) F: 17(g)Kol: 60(g)Sz: 51(g) Zsír: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)	Májás t.örlesű kenyér (Móra) Sárgarépa (Móra) E:1 010(Kj) 242(KCal) F: 9(g)Kol: 67(g)Sz: 34(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,56(g)	Kockasajt (Móra) (07,01.) Kifli (t.örlesű) Móra (01,03,06,07,08,11.) Rostos gyümöslé (Móra) E:1 451(Kj) 347(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 66(g) Zsír: 5(g)Cuk: 3(g)Só:0,83(g)	Vajas-mézes t.ő.kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Alma (Móra) E:1 783(Kj) 427(KCal) F: 6(g)Kol: 46(g)Sz: 61(g) Zsír: 17(g)Cuk: 0(g)Só:1,02(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M Karalábé (Móra) E:1 377(Kj) 330(KCal) F: 13(g)Kol: 32(g)Sz: 34(g) Zsír: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)