

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.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Jégcsapretek (Móra) E:1 187(Kj) 284(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)	Tej (Móra) Kakaós kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 198(Kj) 287(KCal) F: 13(g)Kol: 30(g)Sz: 41(g) Zsir: 7(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:1 407(Kj) 337(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 16(g)Cuk: 5(g)Só:1,77(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, olasz (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 061(Kj) 254(KCal) F: 11(g)Kol: 25(g)Sz: 42(g) Zsir: 4(g)Cuk: 6(g)Só:0,60(g)
Ebéd Paradicsom leves (Móra) (09,01,03,07,10.) Rakott zöldséges bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) E:2 828(Kj) 677(KCal) F: 31(g)Kol: 34(g)Sz: 88(g) Zsir: 22(g)Cuk: 8(g)Só:2,37(g)	Grízgaluska leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Sütőtökös csirke (Móra) (07,03,09,01,06,10.) Tészta köret (Móra) Alma (Móra) E:3 341(Kj) 799(KCal) F: 50(g)Kol:125(g)Sz:104(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:4,18(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Bakonyi sertésragu (Móra) (01,07,03,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:2 914(Kj) 697(KCal) F: 26(g)Kol: 46(g)Sz: 81(g) Zsir: 28(g)Cuk: 7(g)Só:2,38(g)	Tarhonyaleves (Móra) Zöldbab főzelék (Móra) Csirkecombfilé pörkölt (Móra) Teljes örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:2 535(Kj) 607(KCal) F: 28(g)Kol: 26(g)Sz: 75(g) Zsir: 20(g)Cuk: 1(g)Só:4,41(g)	Csirkeraguleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Meggyes piskóta (Móra) (01,07,03.) Mandarin (Móra) E:2 524(Kj) 604(KCal) F: 25(g)Kol:133(g)Sz: 89(g) Zsir: 15(g)Cuk: 22(g)Só:1,55(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) Zsir: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)	Májás t.örlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Sárgarépa (Móra) E:1 115(Kj) 267(KCal) F: 10(g)Kol: 67(g)Sz: 39(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,73(g)	Kockasajt (Móra) (07,01.) Kifli (t.örlésű) Móra (01,03,06,07,08,11.) Rostos gyümölcslé (Móra) 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)	Vajas-mézés t.ő. kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Alma (Móra) E:1 971(Kj) 472(KCal) F: 6(g)Kol: 46(g)Sz: 71(g) Zsir: 17(g)Cuk: 0(g)Só:1,19(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér (M) Karalábé (Móra) E:1 621(Kj) 388(KCal) F: 17(g)Kol: 43(g)Sz: 39(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:1,94(g)