

<i>Hétfő</i> 2024.12.02	<i>Kedd</i> 2024.12.03.	<i>Szerda</i> 2024.12.04.	<i>Csütörtök</i> 2024.12.05.	<i>Péntek</i> 2024.12.06.	<i>Szombat</i> 2024.12.07.	<i>Vasárnap</i> 2024.12.08.
<p>Tízórai</p> <p>Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (magyaros) t.örlesű kenyér (Móra) (01, 03, 06, 07, 11, 08) Jégcsapretek (Móra)</p> <p>E:1 187(Kj) 284(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)</p>	<p>Tej (Móra) Túrós batyu (Móra) (01, 03, 06, 07, 08, 11)</p> <p>E:1 422(Kj) 340(KCal) F: 15(g)Kol: 30(g)Sz: 48(g) Zsír: 8(g)Cuk: 9(g)</p>	<p>Eper-csipkebogyó tea (Móra) Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(Móra) Jégcsapretek (Móra)</p> <p>E:1 683(Kj) 403(KCal) F: 17(g)Kol: 43(g)Sz: 43(g) Zsír: 18(g)Cuk: 5(g)</p>	<p>Tej (Móra) Fonott kalács (Móra) (01, 03, 06, 07, 08, 11)</p> <p>E:1 602(Kj) 383(KCal) F: 16(g)Kol: 30(g)Sz: 58(g) Zsír: 9(g)Cuk: 8(g)</p>	<p>Kakaó (Móra) (07) Kifli, vajas(Móra) (01, 06, 08, 07, 11)</p> <p>E:1 230(Kj) 294(KCal) F: 12(g)Kol: 25(g)Sz: 47(g) Zsír: 6(g)Cuk: 8(g)</p>	<p>Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (natúr)t.örlesű kenyér (Móra) (07, 01, 03, 06, 11, 08) Jégcsapretek (Móra)</p> <p>E:1 187(Kj) 284(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)</p>	
<p>Ebéd</p> <p>Karfiolleves tejfőlés (Móra) Csikóstokány (Móra) (07, 01) Tészta köret (Móra) Narancs (Móra) Csemege uborka (Móra)</p> <p>E:3 181(Kj) 761(KCal) F: 30(g)Kol: 77(g)Sz: 89(g) Zsír: 28(g)Cuk: 0(g)</p>	<p>Szárzableves (Móra) (01, 09, 03, 07, 10) Tejfőlés csirkeragu (Móra) (07, 01, 03, 09, 10) Rizs köret (Móra) (01, 03, 07, 09, 10)</p> <p>E:2 899(Kj) 694(KCal) F: 23(g)Kol: 12(g)Sz: 88(g) Zsír: 26(g)Cuk: 1(g)</p>	<p>Gombaleves (Móra) (01, 07, 03, 09, 10) Magvas rántott halfilé,tepsiben (Móra) Burgonyapüré(Móra) (07) Tavaszi saláta (Móra)</p> <p>E:3 458(Kj) 827(KCal) F: 41(g)Kol: 71(g)Sz: 94(g) Zsír: 32(g)Cuk: 12(g)</p>	<p>Zöldséges árpagyögleves(Móra) (09, 01, 03, 07, 10) Paradicsomos káposzta főzelék (Móra) (01, 03, 07, 09, 10) Sertéspörkölt (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra)</p> <p>E:3 279(Kj) 784(KCal) F: 31(g)Kol: 48(g)Sz:113(g) Zsír: 21(g)Cuk: 19(g)</p>	<p>Sütőtökrém leves (Móra) (07, 01, 03, 09, 10, 06) Paprikás burgonya virslivel (Móra) (01, 03, 07, 09, 10, 06) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10)</p> <p>E:3 164(Kj) 757(KCal) F: 22(g)Kol: 72(g)Sz: 76(g) Zsír: 38(g)Cuk: 6(g)</p>	<p>Palócleves (Móra) (01, 07, 03, 09, 10) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01, 03, 06, 07, 11, 08) Tejbegríz kakaó,fahéj szórattal (Móra) (07, 01)</p> <p>E:2 289(Kj) 548(KCal) F: 28(g)Kol: 66(g)Sz: 85(g) Zsír: 18(g)Cuk: 7(g)</p>	
<p>Üzsonna</p> <p>Tej poharas(Móra) (07) Kifli, korpás(Móra) (01, 03, 07, 06, 08, 11)</p> <p>E:1 166(Kj) 279(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 40(g) Zsír: 7(g)Cuk: 2(g)</p>	<p>Szalámis marg.t.ó.kenyér (Móra) (07, 01, 03, 06, 11, 08) Alma (Móra)</p> <p>E:1 641(Kj) 393(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsír: 18(g)Cuk: 0(g)</p>	<p>Joghurt gyümölcsös (Móra) (07) Zsemle (Móra) (01, 03, 06, 07, 08, 11)</p> <p>E: 926(Kj) 222(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsír: 3(g)Cuk: 1(g)</p>	<p>Sonkás szendvics (Móra) Rostos gyümölcslé (Móra)</p> <p>E:1 742(Kj) 417(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsír: 10(g)Cuk: 0(g)</p>	<p>Sajtkrémes t.örlesű kenyér (Móra) Mandarin (Móra)</p> <p>E:1 669(Kj) 399(KCal) F: 9(g)Kol: 20(g)Sz: 51(g) Zsír: 16(g)Cuk: 0(g)</p>	<p>Pizzás csiga (Móra) (01, 03, 06, 07, 08, 11)</p> <p>E:1 083(Kj) 259(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsír: 15(g)Cuk: 3(g)</p>	