

Hétfő 2025.01.06	Kedd 2025.01.07.	Szerda 2025.01.08.	Csütörtök 2025.01.09.	Péntek 2025.01.10.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (01.03,06,07,11,08.) Üborka (Móra) E:1 071(Kj) 256(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,02(g)	Tej (Móra) Briós(Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 187(Kj) 284(KCal) F: 12(g)Kol: 26(g)Sz: 42(g) Zsir: 7(g)Cuk: 7(g)Só:0,37(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) Zsir: 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) Zsir: 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) Zsir: 4(g)Cuk: 7(g)Só:0,66(g)
Ebéd Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Vadas mártás sertéshússal (Móra) (10,01,03,07,09.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:2 590(Kj) 620(KCal) F: 29(g)Kol: 82(g)Sz: 79(g) Zsir: 26(g)Cuk: 3(g)Só:4,58(g)	Zellerkrém leves (Móra) (09,01,07,03,10.) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Mandarin (Móra) E:2 525(Kj) 604(KCal) F: 27(g)Kol: 29(g)Sz: 71(g) Zsir: 22(g)Cuk: 1(g)Só:3,05(g)	Karfiolleves tejfölös (Móra) (01,03,07,09,10.) Sertésragu pirított csirkemájjal (Móra) (01,03,07,09,10.) Főtt burgonya (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:2 215(Kj) 530(KCal) F: 28(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:4,20(g)	Tarhonyaleves (Móra) Zöldborsó főzelék (Móra) (07,01,03,09,10.) Csibefasírt (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Alma (Móra) E:2 538(Kj) 607(KCal) F: 33(g)Kol: 78(g)Sz: 76(g) Zsir: 18(g)Cuk: 7(g)Só:3,38(g)	Szárazbaleves (Móra) (01,03,09,07,10.) Meggyes piskóta (Móra) (01,03,07.) E:2 510(Kj) 600(KCal) F: 19(g)Kol:119(g)Sz: 93(g) Zsir: 16(g)Cuk: 22(g)Só:1,24(g)
Üzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Kifli, vajjas(Móra) (01,06,08,07,11.) E:1 226(Kj) 293(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 42(g) Zsir: 8(g)Cuk: 3(g)Só:0,50(g)	Sonkás szendvics (Móra) Sárgarépa (Móra) E:1 060(Kj) 254(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:1,78(g)	Tej poharas(Móra) (07.) Zsemle (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 057(Kj) 253(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 37(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,60(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(Móra) Üborka (Móra) E:1 338(Kj) 320(KCal) F: 13(g)Kol: 32(g)Sz: 32(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)	Májás t.örlésű kenyér (Móra) Jégcsapretek (Móra) Rostos gyümöleslé (Móra) E:1 613(Kj) 386(KCal) F: 9(g)Kol: 67(g)Sz: 64(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,56(g)