

Étlap (felső tagozatosok 11-14)

2025.02.24 - 2025.03.02.

<i>Hétfő</i> 2025.02.24	<i>Kedd</i> 2025.02.25.	<i>Szerda</i> 2025.02.26.	<i>Csütörtök</i> 2025.02.27.	<i>Péntek</i> 2025.02.28.
<p>Tízórai</p> <p>Erdegyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Fehérpaprika (Móra)</p> <p>E:1 203(Kj) 288(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)</p>	<p>Tej (Móra) (07.) 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)Só:0,40(g)</p>			
<p>Ebéd</p> <p>Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Zöldborsós sertéstokány (Móra) (01.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Narancs (Móra)</p> <p>E:2 804(Kj) 671(KCal) F: 27(g)Kol:207(g)Sz: 74(g) Zsír: 27(g)Cuk: 1(g)Só:4,06(g)</p>	<p>Karfiolkrem leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Sajtos csirkemell (Móra) (07,01,03.) Petrezselymes burgonya (Móra) Őszibarackbefőtt (Móra)</p> <p>E:3 144(Kj) 752(KCal) F: 43(g)Kol:101(g)Sz: 68(g) Zsír: 33(g)Cuk: 17(g)Só:17,31(g)</p>			
<p>Úzsonna</p> <p>Tej poharas(Móra) (07.) Kifli, korpás(Móra) (01,03,07,06,08,11.) Túró rudi (Móra) (07.)</p> <p>E:1 612(Kj) 386(KCal) F: 16(g)Kol: 60(g)Sz: 49(g) Zsír: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,55(g)</p>	<p>Májas t.örlésű kenyér (Móra) (06,01,03,07,11,08.) Uborka (Móra)</p> <p>E:1 133(Kj) 271(KCal) F: 10(g)Kol: 67(g)Sz: 37(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,73(g)</p>			