

Hétfő 2025.03.17	Kedd 2025.03.18.	Szerda 2025.03.19.	Csütörtök 2025.03.20.	Péntek 2025.03.21.
Tízórai Erdegyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Fehérpaprika (Móra) E:1 203(Kj) 288(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)	Kakaó (Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 421(Kj) 340(KCal) F: 14(g)Kol: 25(g)Sz: 51(g) Zsir: 8(g)Cuk: 14(g)Só:0,40(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Melegszendvics (Móra) (06,07,01,03,11,08.) E:2 046(Kj) 490(KCal) F: 22(g)Kol: 84(g)Sz: 49(g) Zsir: 21(g)Cuk: 5(g)Só:1,92(g)	Tej (Móra) (07.) Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 467(Kj) 351(KCal) F: 15(g)Kol: 30(g)Sz: 52(g) Zsir: 8(g)Cuk: 7(g)Só:0,51(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 194(Kj) 286(KCal) F: 12(g)Kol: 25(g)Sz: 47(g) Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:0,66(g)
Ebéd Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Rakott bulguros karfiol (Móra) (07,01.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:2 585(Kj) 619(KCal) F: 25(g)Kol:198(g)Sz: 59(g) Zsir: 30(g)Cuk: 0(g)Só:4,04(g)	Zöldbaleves (tejfölös)(Móra) (07,01,03,09,10.) Bakonyi pulykaragu (Móra) (07,01,03,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:2 902(Kj) 694(KCal) F: 25(g)Kol: 28(g)Sz: 75(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:4,10(g)	Zellerkrém leves (Móra) (01,07,09,03,10.) Sertésragu pirított csirkemájjal (Móra) (01,03,07,09,10.) Főtt burgonya (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:2 638(Kj) 631(KCal) F: 32(g)Kol: 59(g)Sz: 71(g) Zsir: 22(g)Cuk: 1(g)Só:3,93(g)	Grizgaluska leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Gyümölesmártás (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:2 521(Kj) 603(KCal) F: 30(g)Kol: 95(g)Sz: 96(g) Zsir: 23(g)Cuk: 24(g)Só:3,30(g)	Csirkeguleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Mákos metélt(Móra) (01,03.) Narancs (Móra) E:3 175(Kj) 760(KCal) F: 30(g)Kol: 43(g)Sz: 88(g) Zsir: 29(g)Cuk: 13(g)Só:3,05(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Pizzás csiga (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 603(Kj) 383(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 35(g) Zsir: 21(g)Cuk: 3(g)Só:0,68(g)	Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Üborka (Móra) Rostos gyümöleslé (Móra) E:1 765(Kj) 422(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 70(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:1,95(g)	Joghurt gyümölcsös (Móra) (07.) Kifli, olasz (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Banán (Móra) E:1 367(Kj) 327(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 63(g) Zsir: 3(g)Cuk: 1(g)Só:0,60(g)	Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M) (07,01,03,06,11,08.) Jégcsapretek (Móra) Rostos gyümöleslé (Móra) E:2 165(Kj) 518(KCal) F: 17(g)Kol: 43(g)Sz: 70(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:1,94(g)	Májas t.örlésű kenyér (Móra) (06,01,03,07,11,08.) Üborka (Móra) E:1 137(Kj) 272(KCal) F: 10(g)Kol: 67(g)Sz: 37(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,73(g)