

<i>Hétfő</i> 2023.02.13	<i>Kedd</i> 2023.02.14.	<i>Szerda</i> 2023.02.15.	<i>Csütörtök</i> 2023.02.16.	<i>Péntek</i> 2023.02.17.
Tízórai Erdegyümölcsös tea (Móra) Vajkrém (natúr)t.örlesű kenyér (Móra) Uborka (Móra) E:1 277(Kj) 305(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,63(g)	Kakaó (Móra) (07.) Briós(Móra) (01,07,03.) E:1 431(Kj) 342(KCal) F: 13(g)Kol: 25(g)Sz: 54(g) Zsir: 7(g)Cuk: 12(g)Só:0,15(g)	Erdegyümölcsös tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (07,01.) E:1 323(Kj) 317(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:1,16(g)	Tej (Móra) (07.) Kakaós kalács (Móra) (01,07,03.) E:1 670(Kj) 400(KCal) F: 15(g)Kol: 30(g)Sz: 56(g) Zsir: 10(g)Cuk: 5(g)Só:0,27(g)	Kakaó (Móra) (07.) Zsemle (Móra) (01.) E:1 293(Kj) 309(KCal) F: 13(g)Kol: 25(g)Sz: 54(g) Zsir: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,35(g)
Ébéd Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,07,10.) Zöldborsos sertéstokány (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:2 715(Kj) 650(KCal) F: 23(g)Kol: 43(g)Sz: 85(g) Zsir: 22(g)Cuk: 16(g)Só:5,07(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Süttőtökös csirke (Móra) (07,03,09,01,06,10.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:3 374(Kj) 807(KCal) F: 49(g)Kol: 95(g)Sz: 97(g) Zsir: 29(g)Cuk: 1(g)Só:4,77(g)	Karfiolleves tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Rántott halfilé (Móra) (01,03,04,07.) Burgonyapüré(Móra) Tavaszi saláta (Móra) E:2 705(Kj) 647(KCal) F: 36(g)Kol: 71(g)Sz: 84(g) Zsir: 17(g)Cuk: 10(g)Só:5,15(g)	Tarhonyaleves(Móra) (12,01,03,07,09,10.) Zöldbab főzelék (Móra) (07,01,03,09,10,12.) Csirkecombfilé pörkölt (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01.) Narancs (Móra) E:2 667(Kj) 638(KCal) F: 24(g)Kol: 15(g)Sz: 88(g) Zsir: 18(g)Cuk: 1(g)Só:5,02(g)	Bakonyi betyárleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Meggyes piskóta (Móra) (01,07,03.) E:2 266(Kj) 542(KCal) F: 22(g)Kol:141(g)Sz: 74(g) Zsir: 16(g)Cuk: 22(g)Só:2,04(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Sajtos croissant (Móra) (01,07,03.) E:2 633(Kj) 630(KCal) F: 16(g)Kol: 20(g)Sz: 54(g) Zsir: 16(g)Cuk: 1(g)Só:1,75(g)	Májas t.örlesű kenyér (Móra) (01,06.) Jégcsapretek (Móra) E:1 203(Kj) 288(KCal) F: 11(g)Kol: 67(g)Sz: 39(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,17(g)	Krémtúró(Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,07.) E:1 521(Kj) 364(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 9(g)Cuk: 1(g)Só:0,35(g)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (07,01.) Uborka (Móra) E:1 529(Kj) 366(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:1,50(g)	Sajtkrém t.örlesű kenyér (Móra) (07,01.) Rostos gyümölcslé (Móra) E:1 704(Kj) 408(KCal) F: 8(g)Kol: 10(g)Sz: 71(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,63(g)