

2023.03.13 - 2023.03.19.

<i>Hétfő</i> 2023.03.13.	<i>Kedd</i> 2023.03.14.	<i>Szerda</i> 2023.03.15.	<i>Csütörtök</i> 2023.03.16.	<i>Péntek</i> 2023.03.17.
Tízórai				
Ebéd	Paradicsom leves (Móra) Rakott bulguros karfiol (Móra) (07,01,03,09,10.) Narancs (Móra) E:3 571(Kj) 854(KCal) F: 30(g)Kol: 40(g)Sz:113(g) Zsir: 29(g)Cuk: 28(g)Só:3,57(g)	Zöldbableves (tejfölös)(Móra) (01,03,07,09,10,12.) Csirkepaprikás (Móra) Tészta köret (Móra) (01,03.) Csemege uborka (Móra) E:3 310(Kj) 792(KCal) F: 30(g)Kol: 60(g)Sz: 98(g) Zsir: 29(g)Cuk: 0(g)Só:4,04(g)	Zöldségleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Burgonya főzelék (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Pulykafasírt (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:2 789(Kj) 667(KCal) F: 26(g)Kol: 99(g)Sz: 70(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só:3,69(g)	Gulyásleves (Móra) (12,09,01,03,07,10.) Ízes-grízes tészta (Móra) (01,03.) E:3 594(Kj) 860(KCal) F: 33(g)Kol: 89(g)Sz:138(g) Zsir: 17(g)Cuk: 15(g)Só:3,54(g)
Úzsonna				