

<i>Hétfő</i> 2023.06.12	<i>Kedd</i> 2023.06.13.	<i>Szerda</i> 2023.06.14.	<i>Csütörtök</i> 2023.06.15.	<i>Péntek</i> 2023.06.16.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(zöldfűszeres)t.örlesű kenyér(M (07,01.) Uborka (Móra) E:1 157(Kj) 277(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,54(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli, olasz (Móra) (01,07.) E:1 244(Kj) 298(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 50(g) Zsir: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,35(g)	Erdeigyümölcsös tea (Móra) Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M (01,07.) Uborka (Móra) E:1 352(Kj) 323(KCal) F: 11(g)Kol: 18(g)Sz: 41(g) Zsir: 12(g)Cuk: 7(g)Só:0,90(g)	Tej (Móra) (07.) Gabonapehely (Móra) (01.) E:1 547(Kj) 370(KCal) F: 12(g)Kol: 26(g)Sz: 52(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli, korpás (Móra) (01,07.) E:1 244(Kj) 298(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 50(g) Zsir: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,35(g)
Ebéd Zöldségleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Vadas mártás sertéshússal (Móra) (10,07,09,01,03.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:2 592(Kj) 620(KCal) F: 26(g)Kol: 69(g)Sz: 79(g) Zsir: 21(g)Cuk: 4(g)Só:5,11(g)	Paradicsom leves (Móra) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:2 365(Kj) 566(KCal) F: 25(g)Kol: 29(g)Sz: 69(g) Zsir: 19(g)Cuk: 14(g)Só:3,88(g)	Zöldbableves (tejfölös)(Móra) (07,01,12,03,09,10.) Paprikás burgonya virslivel(Móra) (06,12,01,03,07,09,10.) Vegyesvágott édesítőszerrel(Móra) (10.) E:2 008(Kj) 480(KCal) F: 17(g)Kol: 50(g)Sz: 45(g) Zsir: 24(g)Cuk: 0(g)Só:2,79(g)	Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10,12.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) E:2 704(Kj) 647(KCal) F: 26(g)Kol: 13(g)Sz: 80(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:4,37(g)	Fejtettbableves (Móra) (12,01,09,03,07,10.) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01.) Tejbegríz kakaó,fahéj szórattal (Móra) (01,07.) Banán (Móra) E:2 873(Kj) 687(KCal) F: 23(g)Kol: 30(g)Sz:118(g) Zsir: 12(g)Cuk: 17(g)Só:3,17(g)
Uzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,07,03.) E:1 359(Kj) 325(KCal) F: 14(g)Kol: 20(g)Sz: 44(g) Zsir: 14(g)Cuk: 2(g)Só:0,09(g)	Sonkás szendvics (Móra) (07,01.) Retek (Móra) E:1 178(Kj) 282(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,95(g)	Krémtúró(Móra) 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)	Májás t.örlesű kenyér (Móra) (06,01.) Fehérpaprika (Móra) E:1 038(Kj) 248(KCal) F: 10(g)Kol: 56(g)Sz: 34(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,99(g)	Tönkölyös szilvás papucs (Móra) (01,07,06,08,05.) E: 673(Kj) 161(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 10(g)Cuk: 6(g)Só:0,99(g)