

<i>Hétfő</i> 2024.01.29	<i>Kedd</i> 2024.01.30.	<i>Szerda</i> 2024.01.31.	<i>Csütörtök</i> 2024.02.01.	<i>Péntek</i> 2024.02.02.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (magyaros) t.örlesű kenyér (Móra) (01,07.) Uborka (Móra) E:1 277(Kj) 305(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsír: 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) Zsír: 7(g)Cuk: 12(g)Só:0,15(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(Móra) (01,07.) Jégcsapretek (Móra) E:1 517(Kj) 363(KCal) F: 13(g)Kol: 21(g)Sz: 47(g) Zsír: 13(g)Cuk: 7(g)Só:1,04(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) Zsír: 10(g)Cuk: 5(g)Só:0,27(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli (Móra) E:1 302(Kj) 312(KCal) F: 13(g)Kol: 25(g)Sz: 52(g) Zsír: 5(g)Cuk: 10(g)Só:0,35(g)
Ébéd Tárkonyos burgonya leves (Móra) (12,07,01,03,09,10.) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:2 920(Kj) 699(KCal) F: 23(g)Kol: 30(g)Sz: 91(g) Zsír: 25(g)Cuk: 2(g)Só:5,57(g)	Zöldségleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Sütőtökös csirke (Móra) (07,03,09,01,06,10.) Penne tészta (Móra) (01.) Banán (Móra) E:3 241(Kj) 775(KCal) F: 43(g)Kol: 70(g)Sz: 94(g) Zsír: 23(g)Cuk: 1(g)Só:4,78(g)	Zellerkrém leves (Móra) (07,01,03,09,10.) Csöbenschült halfilé (Móra) (07,04,03,01.) Burgonyapüré(Móra) E:2 607(Kj) 624(KCal) F: 37(g)Kol: 61(g)Sz: 53(g) Zsír: 30(g)Cuk: 1(g)Só:3,60(g)	Lebbencsleves(Móra) (01,03,12,07,09,10.) Paradicsomos káposzta főzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01.) E:3 190(Kj) 763(KCal) F: 37(g)Kol: 47(g)Sz: 89(g) Zsír: 26(g)Cuk: 19(g)Só:5,00(g)	Fejtettbaleves (Móra) Tejbegríz kakaó,fahéj szórattal (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01.) E:2 783(Kj) 666(KCal) F: 26(g)Kol: 42(g)Sz:104(g) Zsír: 15(g)Cuk: 17(g)Só:3,29(g)
Uzsonna 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) Zsír: 16(g)Cuk: 1(g)Só:1,75(g)	Szalámis marg.t.ő.kenyér (Móra) (07,01.) Sárgarépa (Móra) E:1 514(Kj) 362(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsír: 18(g)Cuk: 0(g)Só:1,50(g)	Krémtúró(Móra) (07.) Zsemle (Móra) (01.) E:1 512(Kj) 362(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 51(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,35(g)	Zala felv.-margarinos rozsos zsemle(Móra) Rostos gyümölcsle (Móra) E:1 548(Kj) 370(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 67(g) Zsír: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,84(g)	Tönkölyös szilvás papucs (Móra) (01,07,06,08,05.) E: 673(Kj) 161(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsír: 10(g)Cuk: 6(g)Só:0,99(g)