|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hétfő** | **Kedd** | **Szerda** | **Csütörtök** | **Péntek** |
| *2023.01.16.* | *2023.01.17.* | *2023.01.18.* | *2023.01.19.* | *2023.01.20.* |
| **Reggeli** | **Tej** *(növényi)*  **Méz**  **Liga margarin**  **Vizes zsemle** *1* | **Tej** *(növényi)*  **Sárgarépás liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Paradicsom** | **Tea**  **Növényi alapú joghurt+alma+zabpehely**  **Vizes zsemle** *1* | **Tej** *(növényi)*  **Petrezselymes liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Paradicsom** | **Vaníliás tej** *(növényi tejből)*  **Liga margarin**  **Vizes zsemle** *1* |
| **Tízórai** | **Gyümölcstea**  **Alma** | **Gyümölcstea**  **Alma** | **Banán** | **Gyümölcstea**  **Alma** | **Gyümölcstea**  **Narancs** |
| **Ebéd** | **Főtt tojás** *3*  **Zöldborsófőzelék** *1*  *(növényi tejjel behabarva)*  **Narancs** | **Húsgaluska leves** *1,3,9*  **Firenzei durumtészta** *1*  *(növényi főzőkrémmel)* | **Rácos halfilé** *1,4*  *(növényi főzőkrémmel)*  **Mandarin** | **Sült csirkemell**  **Sütőtökfőzelék** *1*  *(növényi tejjel behabarva)* | **Frankfurti sertéstokány**  **Párolt bulgur *1*** |
| **Uzsonna** | **Tej** *(növényi)*  **Zala felvágott**  **Liga margarin**  **Teljes kiőrlésű kenyér** *1*  **Kígyóuborka** | **Tej** *(növényi)*  **Liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Zöldpaprika** | **Tej** *(növényi)*  **Tojásszelet** *3*  **Liga margarin**  **Teljes kiőrlésű kenyér** *1*  **Kígyóuborka** | **Tej** *(növényi)*  **Sonka felvágott**  **Liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Zöldpaprika** | **Tej** *(növényi)*  **Sárgarépás liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Kígyóuborka** |