|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hétfő** | **Kedd** | **Szerda** | **Csütörtök** | **Péntek** |
| *2023.01.23.* | *2023.01.24.* | *2023.01.25.* | *2023.01.26.* | *2023.01.27.* |
| **Reggeli** | **Tejbe zabpehely- almás-fahéjas** *1**(növényi tejjel)* | **Tea**  **Növényi alapú joghurt**  **Vizes zsemle** *1* | **Tej** *(növényi)*  **Sárgarépás liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Zöldpaprika** | **Tej** *(növényi)*  **Petrezselymes liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Kígyóuborka** | **Tej** *(növényi)*  **Liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Zöldpaprika** |
| **Tízórai** | **Gyümölcstea**  **Banán** | **Mandarin** | **Gyümölcstea**  **Alma** | **Gyümölcstea**  **Narancs** | **Gyümölcstea**  **Alma** |
| **Ebéd** | **Főtt tojás** *3*  **Zöldbabfőzelék** *1*  *(növényi főzőkrémmel behabarva)*  **Alma** | **Kapros tejfölös sertésraguleves** *9*  *(növényi natúr joghurttal/főzőkrémmel behabarva)*  **Sütőtökös muffin napraforgómaggal** *1*  *(növényi tejjel,tojás helyett reszelt almával)* | **Rakott vegyeszöldség**  *(növényi főzőkrémmel)*  **Mandarin** | **Fokhagymás sertés sült**  **Karfiolfőzelék** *1*  *(növényi tejjel behabarva)* | **Stefánia vagdalt** *1,3*  **Burgonyapüré**  *(ligával,vízzel)*  **Almás céklasaláta** |
| **Uzsonna** | **Tej** *(növényi)*  **Házi sonkakrém**  **Vizes zsemle** *1*  **Paradicsom** | **Tej** *(növényi)*  **Tonhalkrém** *4*  **Teljes kiőrlésű kenyér** *1*  **Kígyóuborka** | **Tej** *(növényi)*  **Párizsi**  **Liga margarin**  **Vizes zsemle** *1*  **Paradicsom** | **Tej** *(növényi)*  **Házi májkrém**  **Teljes kiőrlésű kenyér** *1*  **Lilahagyma** | **Tej** *(növényi)*  **Tojáskrém**  **Vizes zsemle** *1*  **Paradicsom** |