|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **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** |