|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hétfő** | **Kedd** | **Szerda** | **Csütörtök** | **Péntek** |
| *2023.01.30.* | *2023.01.31.* | *2023.02.01.* | *2023.02.02.* | *2023.02.03.* |
| **Reggeli** | **Kakaó** *(növényi tejjel)***Liga margarin****Vizes zsemle** *1* | **Tej** *(növényi)***Kenőmájas-Kaiser****Vizes zsemle** *1***Paradicsom** | **Tea****Banános-zabpelyhes növényi joghurt****Vizes zsemle** *1* | **Tej** *(növényi)***Sárgarépás liga margarin****Vizes zsemle** *1***Zöldpaprika** | **Tej** *(növényi)***Liga margarin****Vizes zsemle** *1***Zöldpaprika** |
| **Tízórai** | **Gyümölcstea****Banán** | **Gyümölcstea****Narancs** | **Mandarin** | **Gyümölcstea****Banán** | **Gyümölcstea****Narancs** |
| **Ebéd** | **Csirke aprópecsenye****Brokkolifőzelék** *1**(növényi főzőkrémmel behabarva)***Alma** | **Csirekbecsinált leves** *1,9**(növényi natúr joghurttal/főzőkrémmel behabarva)***Gyümölcsrizs** *(növényi tejjel)* | **Fokhagymás sertés sült****Sárgarépafőzelék** *1**(növényi főzőkrémmel/tejjel)***Banán** | **Zabpelyhes húsgombóc** *1,3***Főtt burgonya****Paradicsommártás** *1,9***Alma** | **Csirkemájrizottó-bulgurral***1**(sajt nélkül)***Uborkasaláta** |
| **Uzsonna** | **Tej** *(növényi)***Párizsi****Liga margarin****Teljes kiőrlésű kenyér** *1***Zöldpaprika** | **Tej** *(növényi)***Szezámmagos margarinkrém** *11***Vizes zsemle** *1***Kígyóuborka** | **Tej** *(növényi)***Tojásszelet** *3***Liga margarin****Teljes kiőrlésű kenyér** *1***Zöldhagyma** | **Tej** *(növényi)***Házi húskrém** *10***Vizes zsemle** *1***Savanyú káposzta** | **Tej** *(növényi)***Tonhalkrém** *4***Teljes kiőrlésű kenyér** *1***Kígyóuborka** |