

<b>Hétfő</b> 2025.02.03	<b>Kedd</b> 2025.02.04.	<b>Szerda</b> 2025.02.05.	<b>Csütörtök</b> 2025.02.06.	<b>Péntek</b> 2025.02.07.
<b>Tízórai</b> <b>Erdeigyümölcsös tea (Móra)</b> <b>Vajkrémes(natúr)t.örlesű kenyér</b> (Móra) (07,01,03,06,11,08.) <b>Fehérpaprika (Móra)</b>  E:1 087(Kj) 260(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsír: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,02(g)	<b>Kakaó (Móra) (07.)</b> <b>Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 290(Kj) 309(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 49(g) Zsír: 7(g)Cuk: 11(g)Só:0,44(g)	<b>Eper-csipkebogyó tea (Móra)</b> <b>Sonkás szendvics (Móra)</b> (07,01,03,06,11,08.) <b>Uborka (Móra)</b>  E:1 177(Kj) 282(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsír: 10(g)Cuk: 5(g)Só:1,78(g)	<b>Tej (Móra) (07.)</b> <b>Sajtos croissant (Móra)</b> (01,03,06,07,08,11.)  E:1 281(Kj) 306(KCal) F: 10(g)Kol: 26(g)Sz: 31(g) Zsír: 15(g)Cuk: 2(g)Só:0,48(g)	<b>Kakaó (Móra) (07.)</b> <b>Kifli, vajas(Móra) (01,06,08,07,11.)</b>  E:1 188(Kj) 284(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 46(g) Zsír: 5(g)Cuk: 8(g)Só:0,50(g)
<b>Ebéd</b> <b>Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.)</b> <b>Milánói spagetti (Móra) (01,03,09.)</b> <b>Narancs (Móra)</b>  E:2 449(Kj) 586(KCal) F: 25(g)Kol: 54(g)Sz: 85(g) Zsír: 14(g)Cuk: 7(g)Só:2,64(g)	<b>Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Fűszeres csirkemellcsíkok</b> <b>kukoricával(Mó (01.)</b> <b>Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Müzli szelet (Móra) (05,08.)</b>  E:2 458(Kj) 588(KCal) F: 35(g)Kol: 49(g)Sz: 69(g) Zsír: 23(g)Cuk: 0(g)Só:4,02(g)	<b>Sütőtökrémleves (Móra)</b> (01,03,07,09,10,06.) <b>Lecsós aprópecsenye (Móra)</b> (01,03,07,09,10.) <b>Főtt burgonya (Móra)</b> <b>Teljes örlésű kenyér(Móra)</b> (01,03,06,07,11,08.)  E:2 635(Kj) 630(KCal) F: 22(g)Kol: 37(g)Sz: 82(g) Zsír: 22(g)Cuk: 5(g)Só:5,84(g)	<b>Tarhonyaleves (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Tökfőzelék (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Csirkecombfilé pörkölt (Móra)</b> <b>Teljes örlésű kenyér(Móra)</b> (01,03,06,07,11,08.) <b>Banán (Móra)</b>  E:2 328(Kj) 557(KCal) F: 17(g)Kol: 12(g)Sz: 85(g) Zsír: 15(g)Cuk: 4(g)Só:4,89(g)	<b>Fejtettbabweles (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Meggyes piskóta (Móra) (03,07,01.)</b> <b>Mandarin (Móra)</b>  E:2 611(Kj) 625(KCal) F: 17(g)Kol:118(g)Sz:100(g) Zsír: 15(g)Cuk: 22(g)Só:2,52(g)
<b>Üzsonna</b> <b>Tej poharas(Móra) (07.)</b> <b>T.ó.túrós rétes (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b>  E:1 243(Kj) 297(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 26(g) Zsír: 16(g)Cuk: 6(g)Só:0,23(g)	<b>Margarinos sajtós teljes örlésű</b> <b>kenyér(M (07,01,03,06,11,08.)</b> <b>Jégcsapretek (Móra)</b> <b>Rostos gyümölcslé (Móra)</b>  E:1 923(Kj) 460(KCal) F: 13(g)Kol: 32(g)Sz: 64(g) Zsír: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)	<b>Puding,poharas (Móra) (07.)</b> <b>Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.)</b> <b>Alma (Móra)</b>  E:1 730(Kj) 414(KCal) F: 16(g)Kol: 20(g)Sz: 94(g) Zsír: 9(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)	<b>Házi húskrémes szendvics (Móra)</b> (01,03,06,07,11,08,10.) <b>Karalábé (Móra)</b> <b>Rostos gyümölcslé (Móra)</b>  E:1 591(Kj) 381(KCal) F: 9(g)Kol: 9(g)Sz: 66(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:1,66(g)	<b>Sonkás-margarinos rozsos</b> <b>zsemle(Móra) (07,01,03,06,08,11.)</b> <b>Fehérpaprika (Móra)</b>  E:1 181(Kj) 283(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsír: 11(g)Cuk: 0(g)Só:1,66(g)