

<i>Hétfő</i> 2025.09.15	<i>Kedd</i> 2025.09.16.	<i>Szerda</i> 2025.09.17.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.18.	<i>Péntek</i> 2025.09.19.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)t.örlésű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Fehérpaprika (Móra) 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)	Tej (Móra) (07.) Kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 132(Kj) 271(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 42(g) Zsír: 5(g)Cuk: 2(g)Só:0,66(g)	Erdeigyümölcsös tea (Móra) Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 681(Kj) 402(KCal) F: 17(g)Kol: 43(g)Sz: 43(g) Zsír: 18(g)Cuk: 5(g)Só:1,94(g)	Tej (Móra) (07.) Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 270(Kj) 304(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 45(g) Zsír: 7(g)Cuk: 6(g)Só:0,44(g)	Kakaó (Móra) (07.) Sajtosrúd (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 330(Kj) 318(KCal) F: 10(g)Kol: 23(g)Sz: 35(g) Zsír: 15(g)Cuk: 7(g)Só:0,45(g)
Ébéd Zellerkrém leves (Móra) (01,07,09,03,10.) Rakott bulguros karfiol (Móra) (07,01.) Banán (Móra) E:2 380(Kj) 569(KCal) F: 20(g)Kol: 28(g)Sz: 69(g) Zsír: 22(g)Cuk: 1(g)Só:2,71(g)	Zöldbableves (tejfölös)(Móra) (07,01,03,09,10.) Csirkemelles carbonara penne tészta (Mór (01,07,03.) E:2 400(Kj) 574(KCal) F: 37(g)Kol: 86(g)Sz: 59(g) Zsír: 19(g)Cuk: 0(g)Só:1,73(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Sült csirkecomb (Móra) Kukoricás rizs (Móra) (01,03,07,09,10.) Káposzta saláta (Móra) E:2 171(Kj) 519(KCal) F: 15(g)Kol: 14(g)Sz: 72(g) Zsír: 17(g)Cuk: 14(g)Só:4,03(g)	Tarhonyaleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Sertésfasírt (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:2 374(Kj) 568(KCal) F: 27(g)Kol: 84(g)Sz: 66(g) Zsír: 20(g)Cuk: 7(g)Só:3,68(g)	Gulyásleves (Móra) (09,01,03,07,10.) Teljes örlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Tejbegríz kakaó,fahéj szórattal (Móra) (07,01.) Őszibarack (Móra) E:2 312(Kj) 553(KCal) F: 33(g)Kol: 87(g)Sz: 88(g) Zsír: 13(g)Cuk: 7(g)Só:2,07(g)
Úzsonna Tej poharas(Móra) (07.) T.ő.túrós rétes (Móra) (01,03,06,07,08,11.) 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)	Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Paradicsom (Móra) Rostos gyümölcslé (Móra) E:1 716(Kj) 410(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 67(g) Zsír: 10(g)Cuk: 0(g)Só:1,78(g)	Puding,poharas (Móra) (07.) Rozsos magvas zsemle (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 579(Kj) 378(KCal) F: 16(g)Kol: 20(g)Sz: 85(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,90(g)	Körözöttes t.ő.kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Fehérpaprika (Móra) Alma (Móra) E:1 085(Kj) 260(KCal) F: 11(g)Kol: 15(g)Sz: 44(g) Zsír: 4(g)Cuk: 0(g)Só:1,23(g)	Házi húskrémes szendvics (Móra) (01,03,06,07,11,08,10.) Paradicsom (Móra) E:1 033(Kj) 247(KCal) F: 9(g)Kol: 9(g)Sz: 34(g) Zsír: 8(g)Cuk: 0(g)Só:1,66(g)