

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai Erdegyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes(natúr)törlesű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 071(Kj) 256(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,02(g)	Kakaó (Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 123(Kj) 269(KCal) F: 11(g)Kol: 23(g)Sz: 40(g) Zsir: 7(g)Cuk: 12(g)Só:0,30(g)	Erdegyümölcsös tea (Móra) Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 177(Kj) 282(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 10(g)Cuk: 5(g)Só:1,78(g)	Tej (Móra) (07.) Kakaós kalács (Móra) E:1 322(Kj) 316(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 45(g) Zsir: 8(g)Cuk: 7(g)Só:0,41(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli, olasz (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 019(Kj) 244(KCal) F: 11(g)Kol: 23(g)Sz: 41(g) Zsir: 4(g)Cuk: 6(g)Só:0,60(g)
Ebéd Zöldséges árpagyögleves(Móra) (01,09,03,07,10.) Milánói spaghetti (Móra) (01,03,09.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:2 452(Kj) 587(KCal) F: 23(g)Kol: 53(g)Sz: 89(g) Zsir: 14(g)Cuk: 7(g)Só:1,84(g)	Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Hentestokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Őszibarack (Móra) E:2 328(Kj) 557(KCal) F: 20(g)Kol: 33(g)Sz: 66(g) Zsir: 22(g)Cuk: 1(g)Só:3,85(g)	Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Csöbenschült halfilé (Móra) (07,01,03,04.) Petrezselymes burgonya (Móra) Alma (Móra) E:2 364(Kj) 566(KCal) F: 33(g)Kol:174(g)Sz: 46(g) Zsir: 28(g)Cuk: 1(g)Só:3,87(g)	Burgonyaleves,magyaros (Móra) (01,03,07,09,10.) Tökfőzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Csirkecombfilé pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Banán (Móra) E:2 306(Kj) 552(KCal) F: 16(g)Kol: 8(g)Sz: 86(g) Zsir: 14(g)Cuk: 4(g)Só:5,09(g)	Csirkemájgombóclevés (Móra) (03,01,07,09,10.) Tejespite baracklekvárral(Móra) (07,01,03.) E:2 501(Kj) 598(KCal) F: 25(g)Kol:167(g)Sz:101(g) Zsir: 11(g)Cuk: 16(g)Só:2,02(g)
Uzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Kockasajt (Móra) (07,01.) Zsemle (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Fehérpaprika (Móra) E:1 283(Kj) 307(KCal) F: 13(g)Kol: 20(g)Sz: 40(g) Zsir: 10(g)Cuk: 1(g)Só:0,77(g)	Margarinos sajtos teljes őrlésű kenyér(Móra) (07,01,03,06,11,08.) Paradicsom (Móra) E:1 398(Kj) 334(KCal) F: 14(g)Kol: 32(g)Sz: 34(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g)	Joghurt gyümölcsös (Móra) (07.) T.ó.meggyes rétes (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 090(Kj) 261(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 11(g)Cuk: 8(g)Só:0,26(g)	Vajas-mézes t.ó.kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Rostos gyümölcslé (Móra) E:2 166(Kj) 518(KCal) F: 5(g)Kol: 46(g)Sz: 83(g) Zsir: 17(g)Cuk: 0(g)Só:1,02(g)	Sajtkrémes t.örlesű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Fehérpaprika (Móra) E:1 151(Kj) 275(KCal) F: 7(g)Kol: 15(g)Sz: 32(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,02(g)