

<i>Hétfő</i> 2026.02.02	<i>Kedd</i> 2026.02.03.	<i>Szerda</i> 2026.02.04.	<i>Csütörtök</i> 2026.02.05.	<i>Péntek</i> 2026.02.06.
Tízórai Erdeigyümölcsös tea (Móra) Vajkrémes (natúr)t.örlesű kenyér (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Uborka (Móra) E:1 184(Kj) 283(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 9(g)Cuk: 5(g)Só:1,19(g)	Tej (Móra) (07.) Kakaós kifli (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 198(Kj) 287(KCal) F: 13(g)Kol: 30(g)Sz: 41(g) Zsir: 7(g)Cuk: 5(g)Só:0,36(g)	Eper-csipkebogyó tea (Móra) Margarinos sajtos teljes örlésű kenyér(M (07,01,03,06,11,08.) Jégcsapretek (Móra) E:1 690(Kj) 404(KCal) F: 17(g)Kol: 43(g)Sz: 43(g) Zsir: 18(g)Cuk: 5(g)Só:1,94(g)	Tej (Móra) (07.) Fonott kalács (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 467(Kj) 351(KCal) F: 15(g)Kol: 30(g)Sz: 52(g) Zsir: 8(g)Cuk: 7(g)Só:0,51(g)	Kakaó (Móra) (07.) Kifli, olasz (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 061(Kj) 254(KCal) F: 11(g)Kol: 25(g)Sz: 42(g) Zsir: 4(g)Cuk: 6(g)Só:0,60(g)
Ebéd Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Lasagne (Móra) (01,09,07,03.) Alma (Móra) E:3 440(Kj) 823(KCal) F: 40(g)Kol:110(g)Sz: 97(g) Zsir: 30(g)Cuk: 5(g)Só:3,23(g)	Zellerkrém leves (Móra) (01,07,09,03,10.) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 011(Kj) 720(KCal) F: 34(g)Kol: 36(g)Sz: 82(g) Zsir: 27(g)Cuk: 1(g)Só:2,60(g)	Minestrone (Móra) (09,01,03,07,10.) Rántott s.karaj magvas,tepsiben sütve (M (01,03.) Petrezselymes burgonya (Móra) Őszibarackbefőtt (Móra) E:3 027(Kj) 724(KCal) F: 30(g)Kol:110(g)Sz: 77(g) Zsir: 34(g)Cuk: 14(g)Só:16,43(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Lencsefőzelék (Móra) (07,10,01,03,09.) Sertéspörkölt (Móra) Teljes örlésű kenyér(Móra) E:2 970(Kj) 711(KCal) F: 43(g)Kol: 65(g)Sz: 83(g) Zsir: 27(g)Cuk: 5(g)Só:5,45(g)	Palóclevés (Móra) (07,01,03,09,10.) Teljes örlésű kenyér(Móra) Tejberizs kakaó,fahéj szóráttal (Móra) (07.) E:2 942(Kj) 704(KCal) F: 28(g)Kol: 60(g)Sz:105(g) Zsir: 17(g)Cuk: 17(g)Só:2,89(g)
Uzsonna Tej poharas(Móra) (07.) Túrós batyu (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:1 417(Kj) 339(KCal) F: 14(g)Kol: 20(g)Sz: 46(g) Zsir: 10(g)Cuk: 9(g)Só:0,40(g)	Sonkás szendvics (Móra) (07,01,03,06,11,08.) Pritamin paprika (Móra) E:1 228(Kj) 294(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:1,95(g)	Joghurt gyümölcsös (Móra) (07.) Kifli, vajás(Móra) (01,06,08,07,11.) E:1 095(Kj) 262(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 5(g)Cuk: 3(g)Só:0,50(g)	Körözöttes teljes örlésű kenyér lilahagy (07,01,03,06,11,08.) Rostos gyümölcslé (Móra) E:1 629(Kj) 390(KCal) F: 13(g)Kol: 20(g)Sz: 70(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:2,19(g)	Pizzás csiga (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Mandarin (Móra) E:1 367(Kj) 327(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsir: 15(g)Cuk: 3(g)Só:0,68(g)