

Étlap (felnőttek 19-60)

2022.09.26 - 2022.10.02.

<i>Hétfő</i> 2022.09.26	<i>Kedd</i> 2022.09.27.	<i>Szerda</i> 2022.09.28.	<i>Csütörtök</i> 2022.09.29.	<i>Péntek</i> 2022.09.30.
Tízórai				
Ebéd				
Tojásleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Csikóstokány (Móra) (07,01,) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) Csemege uborka (Móra) E:3 216(Kj) 769(KCal) F: 28(g)Kol:233(g)Sz: 69(g) Zsir: 40(g)Cuk: 1(g)Só:4,07(g)	Zöldbableves (tejfölös)(Móra) (01,03,07,09,10,12,) Csirkemelles carbonara penne tészta (Mór (01,07,03,) Alma (Móra) E:3 638(Kj) 870(KCal) F: 52(g)Kol:119(g)Sz: 95(g) Zsir: 29(g)Cuk: 1(g)Só:3,35(g)	Karalábéleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Rántott halfilé (Móra) (01,04,03,07,) Petrezselymes burgonya (Móra) (12,) Tavaszi saláta (Móra) E:3 210(Kj) 768(KCal) F: 39(g)Kol: 80(g)Sz:104(g) Zsir: 20(g)Cuk: 10(g)Só:3,54(g)	Grízgaluska leves (Móra) (01,03,07,09,10,) Paradicsomos káposzta főzelék (Móra) (01,03,07,09,10,) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) E:3 297(Kj) 789(KCal) F: 41(g)Kol:138(g)Sz:100(g) Zsir: 33(g)Cuk: 21(g)Só:3,72(g)	Gulyásleves (Móra) (12,09,01,03,07,10,) Szilvásgombóc (Móra) (01,03,07,) E:3 523(Kj) 843(KCal) F: 33(g)Kol: 53(g)Sz:140(g) Zsir: 14(g)Cuk: 10(g)Só:3,54(g)
Uzsonna				