

Étlap (felnőttek 19-60)

2022.10.03 - 2022.10.09.

<i>Hétfő</i> 2022.10.03	<i>Kedd</i> 2022.10.04.	<i>Szerda</i> 2022.10.05.	<i>Csütörtök</i> 2022.10.06.	<i>Péntek</i> 2022.10.07.
Tízórai				
Ebéd Tárkonyos burgonya leves (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 536(Kj) 846(KCal) F: 27(g)Kol: 35(g)Sz:111(g) Zsir: 30(g)Cuk: 2(g)Só:5,08(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Tejszínes gombás csirke (Móra) Tészta köret (Móra) (01,03.) E:3 872(Kj) 926(KCal) F: 52(g)Kol: 84(g)Sz:104(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:4,11(g)	Zellerkrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Sertésragu pirított csirkemájjal (Móra) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 713(Kj) 888(KCal) F: 43(g)Kol: 81(g)Sz: 84(g) Zsir: 40(g)Cuk: 2(g)Só:3,17(g)	Zöldségleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Burgonya főzelék (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) Alma (Móra) E:3 375(Kj) 807(KCal) F: 37(g)Kol: 68(g)Sz: 83(g) Zsir: 34(g)Cuk: 1(g)Só:4,05(g)	Legényfogóleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Meggyes piskóta (Móra) (01,07,03.) E:3 080(Kj) 737(KCal) F: 30(g)Kol:186(g)Sz:101(g) Zsir: 22(g)Cuk: 30(g)Só:2,05(g)
Uzsonna				