

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.03.20 - 2023.03.26.

<i>Hétfő</i> 2023.03.20	<i>Kedd</i> 2023.03.21.	<i>Szerda</i> 2023.03.22.	<i>Csütörtök</i> 2023.03.23.	<i>Péntek</i> 2023.03.24.
Tízórai				
Ebéd Karfiolleves tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Lasagna (Móra) (07,03,01,09.) E:3 737(Kj) 894(KCal) F: 44(g)Kol:125(g)Sz:104(g) Zsir: 33(g)Cuk: 7(g)Só:2,99(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01.) Paprikás burgonya virslivel (Móra) (12,06,01,03,07,09,10.) Csemege uborka (Móra) E:2 806(Kj) 671(KCal) F: 22(g)Kol: 77(g)Sz: 77(g) Zsir: 29(g)Cuk: 10(g)Só:1,21(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Tejszínes gombás csirke (Móra) Tészta köret (Móra) (01,03.) E:3 563(Kj) 852(KCal) F: 53(g)Kol:110(g)Sz: 95(g) Zsir: 37(g)Cuk: 1(g)Só:3,09(g)	Tarhonyaleves(Móra) (01,03,07,09,10,12.) Sóskamártás burgonyával(Móra) (01,12,07,03,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01.) Alma (Móra) E:4 003(Kj) 958(KCal) F: 35(g)Kol: 64(g)Sz:130(g) Zsir: 30(g)Cuk: 36(g)Só:3,64(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				