

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.04.03 - 2023.04.09.

<i>Hétfő</i> 2023.04.03	<i>Kedd</i> 2023.04.04.	<i>Szerda</i> 2023.04.05.	<i>Csütörtök</i> 2023.04.06.	<i>Péntek</i> 2023.04.07.
Tízórai				
Ebéd Zellerkrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Rakott brokkoli (Móra) (01,03,07,09,10.) Banán (Móra) E:3 471(Kj) 831(KCal) F: 33(g)Kol: 38(g)Sz: 99(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:3,11(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Rántott csirkemell (Móra) (07,03,01.) Petrezselymes burgonya (Móra) (12.) Vitamin saláta öntettel (Móra) E:3 475(Kj) 831(KCal) F: 52(g)Kol:125(g)Sz: 97(g) Zsir: 25(g)Cuk: 2(g)Só:4,07(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Bakonyi sertésragu (Móra) (01,07,03,09,10.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:4 050(Kj) 969(KCal) F: 46(g)Kol:119(g)Sz:106(g) Zsir: 47(g)Cuk: 0(g)Só:3,06(g)	Tarhonyaleves(Móra) (01,03,07,09,10,12.) Paradicsomos káposzta főzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) E:3 206(Kj) 767(KCal) F: 33(g)Kol: 59(g)Sz:103(g) Zsir: 22(g)Cuk: 21(g)Só:4,52(g)	
Uzsonna				