

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.04.24 - 2023.04.30.

<i>Hétfő</i> 2023.04.24	<i>Kedd</i> 2023.04.25.	<i>Szerda</i> 2023.04.26.	<i>Csütörtök</i> 2023.04.27.	<i>Péntek</i> 2023.04.28.
Tízórai				
Ebéd Tárkonyos burgonya leves (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 406(Kj) 815(KCal) F: 27(g)Kol: 35(g)Sz:104(g) Zsir: 30(g)Cuk: 2(g)Só:5,08(g)	Ebéd Brokkolikrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Csibefasírt (Móra) (03,01.) Petrezselymes burgonya (Móra) (12.) Tavaszi saláta (Móra) Alma (Móra) E:3 160(Kj) 756(KCal) F: 39(g)Kol:112(g)Sz: 90(g) Zsir: 25(g)Cuk: 13(g)Só:4,41(g)	Ebéd Zöldséges árpagyögye leves(Móra) (01,03,07,09,10.) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) (01,03.) E:3 416(Kj) 817(KCal) F: 42(g)Kol: 59(g)Sz:101(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3,55(g)	Ebéd Lebbencsleves (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Alma (Móra) E:3 298(Kj) 789(KCal) F: 44(g)Kol: 87(g)Sz: 85(g) Zsir: 28(g)Cuk: 9(g)Só:3,57(g)	Ebéd Frankfurti leves (Móra) (01,06,03,07,09,10,12.) Mákos metélt(Móra) (01,03.) E:3 571(Kj) 854(KCal) F: 29(g)Kol: 68(g)Sz: 97(g) Zsir: 36(g)Cuk: 14(g)Só:2,63(g)
Uzsonna				