

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.05.01 - 2023.05.07.

<i>Hétfő</i> 2023.05.01	<i>Kedd</i> 2023.05.02.	<i>Szerda</i> 2023.05.03.	<i>Csütörtök</i> 2023.05.04.	<i>Péntek</i> 2023.05.05.
Tízórai				
Ebéd	Tojásleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Zöldborsós sertéstokány(Móra) (01,03,07,09,10,) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) Alma (Móra) E:3 333(Kj) 797(KCal) F: 31(g)Kol:233(g)Sz: 80(g) Zsir: 38(g)Cuk: 1(g)Só:4,09(g)	Karalábéleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Rántott csirkemell (Móra) (07,03,01,) Burgonyapüré(Móra) Vitamin saláta öntettel (Móra) E:3 174(Kj) 759(KCal) F: 49(g)Kol:129(g)Sz: 85(g) Zsir: 24(g)Cuk: 2(g)Só:3,08(g)	Tarhonyaleves(Móra) (01,03,07,09,10,12,) Zöldbab főzelék (Móra) (07,01,12,03,09,10,) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) E:3 709(Kj) 887(KCal) F: 45(g)Kol: 53(g)Sz: 90(g) Zsir: 36(g)Cuk: 1(g)Só:4,53(g)	Csirkemájgombócleves (Móra) (03,01,07,09,10,) Ízes-grízes tészta(Móra) (01,03,) E:4 044(Kj) 967(KCal) F: 35(g)Kol:105(g)Sz:155(g) Zsir: 20(g)Cuk: 16(g)Só:2,54(g)
Úzsonna				