

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.05.08 - 2023.05.14.

<i>Hétfő</i> 2023.05.08	<i>Kedd</i> 2023.05.09.	<i>Szerda</i> 2023.05.10.	<i>Csütörtök</i> 2023.05.11.	<i>Péntek</i> 2023.05.12.
Tízórai				
Ebéd Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Milánói spaghetti (Móra) (09,01,03.) E:3 346(Kj) 800(KCal) F: 37(g)Kol: 77(g)Sz:114(g) Zsir: 20(g)Cuk: 10(g)Só:3,04(g)	Burgonyaleves,magyaros (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Tejszínes gombás pulyka (Móra) (01,07,03,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 702(Kj) 886(KCal) F: 35(g)Kol: 38(g)Sz:103(g) Zsir: 34(g)Cuk: 2(g)Só:3,64(g)	Karfiolleves tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Rántott halfilé (Móra) (01,04,03,07.) Petrezselymes burgonya (Móra) (12.) Tavaszi saláta (Móra) E:3 259(Kj) 780(KCal) F: 40(g)Kol: 80(g)Sz:103(g) Zsir: 21(g)Cuk: 10(g)Só:4,04(g)	Grízgaluska leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Almamártás (Móra) Sült sertéshús (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) E:3 439(Kj) 823(KCal) F: 43(g)Kol:160(g)Sz:110(g) Zsir: 32(g)Cuk: 31(g)Só:3,18(g)	Palóclevés (Móra) (01,03,07,09,10,12.) Meggyes piskóta (Móra) (01,07,03.) E:3 117(Kj) 746(KCal) F: 26(g)Kol:186(g)Sz:104(g) Zsir: 23(g)Cuk: 30(g)Só:2,04(g)
Üzsonna				