

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.05.15 - 2023.05.21.

<i>Hétfő</i> 2023.05.15	<i>Kedd</i> 2023.05.16.	<i>Szerda</i> 2023.05.17.	<i>Csütörtök</i> 2023.05.18.	<i>Péntek</i> 2023.05.19.
Tízórai				
Ebéd Zellerkrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Rakott bulguros karfiol (Móra) Banán (Móra) E:3 656(Kj) 875(KCal) F: 34(g)Kol: 47(g)Sz:100(g) Zsir: 36(g)Cuk: 1(g)Só:3,13(g)	Gombaleves (Móra) Csirkemelles carbonara penne tészta (Mór (01,07,03.) Alma (Móra) E:3 764(Kj) 900(KCal) F: 53(g)Kol:121(g)Sz:103(g) Zsir: 28(g)Cuk: 4(g)Só:2,35(g)	Zöldséges árpagyögleves(Móra) (01,03,07,09,10.) Burgonya főzelék (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Sertésfasírt (Móra) (03,01.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) E:3 568(Kj) 854(KCal) F: 33(g)Kol:117(g)Sz:102(g) Zsir: 32(g)Cuk: 1(g)Só:4,14(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01.) Mexikói pulykatokány (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 426(Kj) 820(KCal) F: 32(g)Kol: 43(g)Sz:104(g) Zsir: 28(g)Cuk: 11(g)Só:2,57(g)	Fejtettbaleves (Móra) (01,12,03,07,09,10.) Sajtos tortellini (Móra) (07,03,01,09.) E:3 661(Kj) 876(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz:136(g) Zsir: 25(g)Cuk: 15(g)Só:6,63(g)
Uzsonna				