

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.06.26 - 2023.07.02.

<i>Hétfő</i> 2023.06.26	<i>Kedd</i> 2023.06.27.	<i>Szerda</i> 2023.06.28.	<i>Csütörtök</i> 2023.06.29.	<i>Péntek</i> 2023.06.30.
Tízórai				
Ebéd Tarhonyaleves (Móra) (01,03,07,09,10,12.) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 439(Kj) 823(KCal) F: 27(g)Kol: 42(g)Sz:108(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só:4,57(g)	Brokkolikrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Rántott csirkemell (Móra) (07,03,01.) Petrezselymes burgonya (Móra) (12.) Tavaszi saláta (Móra) E:3 540(Kj) 847(KCal) F: 50(g)Kol:127(g)Sz:101(g) Zsir: 25(g)Cuk: 13(g)Só:4,33(g)	Tojásleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Mexikói pulykatokány (Móra) (01,03,07,09,10.) Tészta köret (Móra) (01,03.) E:3 952(Kj) 945(KCal) F: 43(g)Kol:272(g)Sz: 88(g) Zsir: 43(g)Cuk: 1(g)Só:4,08(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)	Frankfurti leves (Móra) (01,06,03,07,09,10,12.) Tejespite baracklekvárral (Móra) E:3 129(Kj) 749(KCal) F: 27(g)Kol:200(g)Sz:107(g) Zsir: 22(g)Cuk: 24(g)Só:1,63(g)
Uzsonna				