

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.09.04 - 2023.09.10.

<i>Hétfő</i> 2023.09.04	<i>Kedd</i> 2023.09.05.	<i>Szerda</i> 2023.09.06.	<i>Csütörtök</i> 2023.09.07.	<i>Péntek</i> 2023.09.08.
Tízórai				
Ebéd Tojásleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Rakott zöldséges bulgur (Móra) E:3 471(Kj) 830(KCal) F: 37(g)Kol:224(g)Sz: 84(g) Zsir: 38(g)Cuk: 1(g)Só:2,56(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10,) Rántott csirkemell (Móra) (07,03,01,) Burgonyapüré(Móra) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10,) E:3 483(Kj) 833(KCal) F: 53(g)Kol:129(g)Sz: 98(g) Zsir: 23(g)Cuk: 0(g)Só:4,07(g)	Zöldségleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Tejszínes gombás sertésragu (Móra) (07,01,03,09,10,) Tészta köret (Móra) (01,03,) E:3 481(Kj) 833(KCal) F: 36(g)Kol: 90(g)Sz: 92(g) Zsir: 33(g)Cuk: 2(g)Só:4,67(g)	Tarhonyaleves(Móra) (01,03,07,09,10,12,) Tökfőzelék (Móra) (01,07,03,09,10,) Csirkecombfilé pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) Öszibarack (Móra) E:2 824(Kj) 676(KCal) F: 22(g)Kol: 18(g)Sz: 92(g) Zsir: 22(g)Cuk: 6(g)Só:4,52(g)	Pulykaraguleves (tejfőlés) (Móra) (07,10,01,03,09,) Tejespite baracklekvárral(Móra) E:3 166(Kj) 758(KCal) F: 38(g)Kol:200(g)Sz:107(g) Zsir: 18(g)Cuk: 24(g)Só:2,05(g)
Uzsonna				