

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.09.18 - 2023.09.24.

<i>Hétfő</i> 2023.09.18	<i>Kedd</i> 2023.09.19.	<i>Szerda</i> 2023.09.20.	<i>Csütörtök</i> 2023.09.21.	<i>Péntek</i> 2023.09.22.
Tízórai				
Ebéd Karalábéleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Milánói spaghetti (Móra) (09,01,03.) E:3 138(Kj) 751(KCal) F: 32(g)Kol: 78(g)Sz:107(g) Zsír: 20(g)Cuk: 10(g)Só:2,04(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) Alma (Móra) E:3 491(Kj) 835(KCal) F: 42(g)Kol: 39(g)Sz:106(g) Zsír: 36(g)Cuk: 10(g)Só:3,75(g)	Zellerkrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Hentestokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 279(Kj) 785(KCal) F: 29(g)Kol: 49(g)Sz: 89(g) Zsír: 32(g)Cuk: 1(g)Só:3,59(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01.) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 142(Kj) 752(KCal) F: 37(g)Kol: 43(g)Sz: 97(g) Zsír: 22(g)Cuk: 11(g)Só:2,06(g)	Sertéshúsleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Baracklekváros gombóc (Móra) (01.) Alma (Móra) E:3 979(Kj) 952(KCal) F: 33(g)Kol: 37(g)Sz:155(g) Zsír: 19(g)Cuk: 5(g)Só:2,23(g)
Úzsonna				