

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.10.30 - 2023.11.05.

<i>Hétfő</i> 2023.10.30	<i>Kedd</i> 2023.10.31.	<i>Szerda</i> 2023.11.01.	<i>Csütörtök</i> 2023.11.02.	<i>Péntek</i> 2023.11.03.
Tízórai				
Ébéd Tárkonyos burgonya leves (Móra) Székelykáposzta (Móra) (01,03,07,09,10.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) Alma (Móra) E:2 959(Kj) 708(KCal) F: 26(g)Kol: 43(g)Sz: 88(g) Zsir: 26(g)Cuk: 1(g)Só:4,52(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.) Almamártás (Móra) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,09,10,11.) E:3 145(Kj) 752(KCal) F: 23(g)Kol: 14(g)Sz:115(g) Zsir: 21(g)Cuk: 31(g)Só:4,21(g)	Fejlesztettableves (Móra) (01,12,03,07,09,10.) Mákos metélt(Móra) (01,03.) E:3 512(Kj) 840(KCal) F: 27(g)Kol: 36(g)Sz:110(g) Zsir: 30(g)Cuk: 14(g)Só:3,04(g)
Üzsonna				