

Étlap (felnőttek 19-60)

2024.01.01 - 2024.01.07.

<i>Hétfő</i> 2024.01.01	<i>Kedd</i> 2024.01.02.	<i>Szerda</i> 2024.01.03.	<i>Csütörtök</i> 2024.01.04.	<i>Péntek</i> 2024.01.05.
Tízórai				
Ebéd	Zöldséges árpagyögye leves(Móra) (01,03,07,09,10.) Paradicsomos káposzta főzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Fasírtgolyó (Móra) (06,01.) E:3 192(Kj) 764(KCal) F: 28(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 33(g)Cuk: 23(g)Só:4,91(g)	Tojásleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Csöbenschült halfilé (Móra) (07,01,04,03.) Burgonyapüré(Móra) Alma (Móra) E:3 359(Kj) 803(KCal) F: 44(g)Kol:260(g)Sz: 60(g) Zsir: 43(g)Cuk: 1(g)Só:3,86(g)	Karalábéleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Budapest tokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 262(Kj) 780(KCal) F: 32(g)Kol: 55(g)Sz: 88(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:3,07(g)	Pulykaraguleves (tejfölös) (Móra) (07,10,01,03,09.) Burgonyás tészta (Móra) (12,01,03.) Csemege uborka (Móra) E:3 313(Kj) 793(KCal) F: 37(g)Kol: 68(g)Sz:101(g) Zsir: 24(g)Cuk: 0(g)Só:3,55(g)
Úzsonna				