

Étlap (felnőttek 19-60)

2024.02.19 - 2024.02.25.

<i>Hétfő</i> 2024.02.19	<i>Kedd</i> 2024.02.20.	<i>Szerda</i> 2024.02.21.	<i>Csütörtök</i> 2024.02.22.	<i>Péntek</i> 2024.02.23.
Tízórai				
Ebéd Gulyásleves (Móra) (12,09,01,03,07,10,) Teljes őrlésű kenyér (Móra) Tejbegríz kakaó,fahéj szórattal (Móra) E:3 051(Kj) 730(KCal) F: 39(g)Kol:101(g)Sz:108(g) Zsir: 14(g)Cuk: 17(g)Só:3,39(g)	Gombaleves (Móra) Rántott csirkemell (Móra) (07,03,01,) Burgonyapüré (Móra) Sárgarépas almás-cékla saláta (Móra) E:3 667(Kj) 877(KCal) F: 50(g)Kol:130(g)Sz:109(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:3,07(g)	Zöldbableves (tejfőlés)(Móra) (01,03,07,09,10,12,) Hentestokány (Móra) (01,) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) Mandarin (Móra) E:3 406(Kj) 815(KCal) F: 31(g)Kol: 46(g)Sz: 90(g) Zsir: 34(g)Cuk: 1(g)Só:4,53(g)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Sárgaborsó főzelék (Móra) (01,03,07,09,10,) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) E:3 676(Kj) 880(KCal) F: 58(g)Kol: 73(g)Sz: 96(g) Zsir: 37(g)Cuk: 1(g)Só:4,05(g)	Csirkemájgombóclevés (Móra) (03,01,07,09,10,) Burgonyás tészta (Móra) (12,01,03,) Csemege uborka (Móra) E:3 578(Kj) 856(KCal) F: 35(g)Kol:105(g)Sz:121(g) Zsir: 23(g)Cuk: 1(g)Só:3,04(g)
Uzsonna				