

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.06.23 - 2025.06.29.

<i>Hétfő</i> 2025.06.23	<i>Kedd</i> 2025.06.24.	<i>Szerda</i> 2025.06.25.	<i>Csütörtök</i> 2025.06.26.	<i>Péntek</i> 2025.06.27.
Tízórai				
Ébéd Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,07,10.) Rakott bulguros karfiol (Móra) (07,01.) Banán (Móra) E:3 834(Kj) 917(KCal) F: 31(g)Kol: 40(g)Sz:126(g) Zsir: 30(g)Cuk: 14(g)Só:3,04(g)	Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Zöldborsós sertéstokány(Móra) (01.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Őszibarack (Móra) E:3 858(Kj) 923(KCal) F: 39(g)Kol:278(g)Sz:103(g) Zsir: 36(g)Cuk: 0(g)Só:3,54(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Sült csirkecomb (Móra) Kukoricás rizs (Móra) (01,03,07,09,10.) Vitamin saláta öntettel (Móra) (07.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 289(Kj) 787(KCal) F: 24(g)Kol: 17(g)Sz:113(g) Zsir: 26(g)Cuk: 7(g)Só:2,10(g)	Grízgaluska leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Sóskamártás (Móra) (01,07,03,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:4 174(Kj) 999(KCal) F: 39(g)Kol: 99(g)Sz:144(g) Zsir: 45(g)Cuk: 37(g)Só:4,66(g)	Pulykaraguleves (tejfőlés) (Móra) (07,10,09,01,03.) Meggyes piskóta (Móra) (03,07,01.) E:3 197(Kj) 765(KCal) F: 35(g)Kol:190(g)Sz:101(g) Zsir: 22(g)Cuk: 30(g)Só:2,05(g)
Uzsonna				