

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.12.08 - 2025.12.14.

<i>Hétfő</i> 2025.12.08	<i>Kedd</i> 2025.12.09.	<i>Szerda</i> 2025.12.10.	<i>Csütörtök</i> 2025.12.11.	<i>Péntek</i> 2025.12.12.	<i>Szombat</i> 2025.12.13.
Tízórai					
Ebéd Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Tarhonyáshús (Móra) (01,03,07,09,10.) Cékla (Móra) Zabszelet (Móra) (01,06.) E:3 866(Kj) 925(KCal) F: 37(g)Kol: 90(g)Sz:122(g) Zsir: 29(g)Cuk: 13(g)Só:2,58(g)	Zöldséges árpagyögleves (Móra) (01,09,03,07,10.) Gyümölcs mártás (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) E:3 228(Kj) 772(KCal) F: 23(g)Kol: 7(g)Sz:119(g) Zsir: 21(g)Cuk: 32(g)Só:3,75(g)	Zöldbableves (tejfőlés)(Móra) (07,01,03,09,10.) Csikóstokány (Móra) (01,07.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Csemege uborka (Móra) Alma (Móra) E:3 913(Kj) 936(KCal) F: 36(g)Kol: 89(g)Sz:110(g) Zsir: 37(g)Cuk: 0(g)Só:3,54(g)	Sütőtölkkrém leves (Móra) (01,03,07,09,10,06.) Sült csirkecomb (Móra) Kukoricás rizs (Móra) (01,03,07,09,10.) Káposzta saláta (Móra) E:3 754(Kj) 898(KCal) F: 24(g)Kol: 22(g)Sz:117(g) Zsir: 34(g)Cuk: 16(g)Só:5,63(g)	Pulykaraguleves (tejfőlés) (Móra) (07,10,09,01,03.) Mákos metélt (Móra) (01,03.) E:3 608(Kj) 863(KCal) F: 40(g)Kol: 68(g)Sz: 97(g) Zsir: 32(g)Cuk: 14(g)Só:3,05(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Lecsós aprópecsenye (Móra) (01,03,07,09,10.) Főtt burgonya (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Banán (Móra) E:3 518(Kj) 842(KCal) F: 34(g)Kol: 47(g)Sz:124(g) Zsir: 20(g)Cuk: 1(g)Só:4,77(g)
Uzsonna					