

Étlap (felnőttek 19-60)

2026.03.09 - 2026.03.15.

<i>Hétfő</i> 2026.03.09	<i>Kedd</i> 2026.03.10.	<i>Szerda</i> 2026.03.11.	<i>Csütörtök</i> 2026.03.12.	<i>Péntek</i> 2026.03.13.
Tízórai				
Ebéd Karfiollevés tejfölös (Móra) (07,01,03,) Tarhonyáshús (Móra) (01,03,) Cékla (Móra) Müzli szelet (Móra) (01,06,07,) E:3 420(Kj) 818(KCal) F: 35(g)Kol: 90(g)Sz:106(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:2,57(g)	Gombaleves (Móra) (07,01,03,) Fűszeres csirkemellesikok (Móra) (01,) Rizs köret (Móra) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10,) E:3 549(Kj) 849(KCal) F: 45(g)Kol: 48(g)Sz:100(g) Zsir: 27(g)Cuk: 4(g)Só:3,57(g)	Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,) Csöbenschült halfilé (Móra) (07,01,03,04,) Burgonyapüré(Móra) (07,) E:3 345(Kj) 800(KCal) F: 43(g)Kol: 76(g)Sz: 82(g) Zsir: 35(g)Cuk: 14(g)Só:3,36(g)	Sertéshúsleves (Móra) (03,01,) Gyümölcsmártás (Móra) (07,01,03,06,09,10,) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,) E:3 338(Kj) 799(KCal) F: 33(g)Kol: 44(g)Sz:107(g) Zsir: 25(g)Cuk: 31(g)Só:3,44(g)	Zöldbableves (tejfölös)(Móra) (07,01,) Túrós derelye (Móra) (01,03,07,) E:4 082(Kj) 977(KCal) F: 23(g)Kol: 0(g)Sz:166(g) Zsir: 22(g)Cuk: 16(g)Só:2,04(g)
Uzsonna				