

Étlap (felnőttek 19-60)

2023.03.06 - 2023.03.12.

<i>Hétfő</i> 2023.03.06	<i>Kedd</i> 2023.03.07.	<i>Szerda</i> 2023.03.08.	<i>Csütörtök</i> 2023.03.09.	<i>Péntek</i> 2023.03.10.
Tízórai				
Ebéd Zellerkrém leves (Móra) (01,03,07,09,10,) Rizseshús (Móra) (01,03,07,09,10,) Cékla (Móra)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10,) Rántott csirkemell (Móra) (07,03,01,) Burgonyapüré(Móra) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10,)	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Szárzabab főzelék (Móra) (01,03,07,09,10,) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra)	Gombaleves (Móra) Csirkemelles carbonara penne tészta (Mór (01,07,03,) Alma (Móra)	Nyírségi burgonyagombócleves (Móra) (07,01,03,09,10,) Tejespite baracklekvárral(Móra)
E:3 304(Kj) 791(KCal) F: 30(g)Kol: 56(g)Sz:109(g) Zsir: 24(g)Cuk: 2(g)Só:3,16(g)	E:3 483(Kj) 833(KCal) F: 53(g)Kol:129(g)Sz: 98(g) Zsir: 23(g)Cuk: 0(g)Só:4,07(g)	E:3 644(Kj) 872(KCal) F: 53(g)Kol: 80(g)Sz:106(g) Zsir: 34(g)Cuk: 1(g)Só:4,53(g)	E:3 764(Kj) 900(KCal) F: 53(g)Kol:121(g)Sz:103(g) Zsir: 28(g)Cuk: 4(g)Só:2,35(g)	E:2 941(Kj) 704(KCal) F: 33(g)Kol:195(g)Sz: 97(g) Zsir: 19(g)Cuk: 24(g)Só:1,54(g)
Úzsonna				