

Étlap (felnőttek 19-60)

2024.07.22 - 2024.07.28.

<i>Hétfő</i> 2024.07.22	<i>Kedd</i> 2024.07.23.	<i>Szerda</i> 2024.07.24.	<i>Csütörtök</i> 2024.07.25.	<i>Péntek</i> 2024.07.26.
Tízórai				
Ebéd Zöldséges árpagyögleves (Móra) (01,09,03,07,10.) Vadas mártás sertéshússal (Móra) (07,10,01,03,09.) Tészta köret (Móra) (01,03.) E:3 790(Kj) 907(KCal) F: 37(g)Kol: 95(g)Sz:112(g) Zsír: 33(g)Cuk: 7(g)Só:4,16(g)	Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Bakonyi pulykaragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 558(Kj) 851(KCal) F: 37(g)Kol:229(g)Sz: 74(g) Zsír: 43(g)Cuk: 1(g)Só:3,63(g)	Gyümölcsleves (Móra) (01,07,03,06,09,10.) Sült csirkecomb (Móra) Rizi-bizi (Móra) (01,03,07,09,10.) Uborka saláta (Móra) E:2 750(Kj) 658(KCal) F: 21(g)Kol: 17(g)Sz:103(g) Zsír: 16(g)Cuk: 14(g)Só:3,60(g)	Tarhonyaleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldbab főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) E:3 304(Kj) 790(KCal) F: 36(g)Kol: 59(g)Sz: 88(g) Zsír: 31(g)Cuk: 1(g)Só:4,43(g)	Legényfogóleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Káposztás tészta (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:3 202(Kj) 766(KCal) F: 34(g)Kol: 69(g)Sz: 99(g) Zsír: 24(g)Cuk: 0(g)Só:4,05(g)
Üzsonna				