

## Étlap ( felnőttek 19-60 )

2024.09.16 - 2024.09.22.

<i>Hétfő</i> 2024.09.16	<i>Kedd</i> 2024.09.17.	<i>Szerda</i> 2024.09.18.	<i>Csütörtök</i> 2024.09.19.	<i>Péntek</i> 2024.09.20.
<b>Tízórai</b>				
<b>Ebéd</b> Paradicsom leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Rakott karfiol (Móra) (01,03,07,09,10.) Banán (Móra)	<b>Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.)</b> <b>Burgonya főzelék (Móra)</b> (01,03,07,09,10.) <b>Panírozott dinók (Móra)</b> (01,03,07,06,09,10,11.)	<b>Gyümölcsleves (Móra) (01,07,03,06,09,10.)</b> <b>Bakonyi pulykaragu (Móra)</b> (01,03,07,09,10.) <b>Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.)</b>	<b>Csirkemájgombóclevés (Móra)</b> (01,03,07,09,10.) <b>Lecsős aprópecsenye (Móra)</b> (01,03,07,09,10.) <b>Főtt burgonya (Móra)</b> <b>Teljes őrlésű kenyér(Móra)</b> (01,03,06,07,11,08.)	<b>Palóclevés (Móra) (07,01,03,09,10.)</b> <b>Mákos metélt(Móra) (01,03.)</b>
E:3 692(Kj) 883(KCal) F: 30(g)Kol: 40(g)Sz:119(g) Zsir: 30(g)Cuk: 14(g)Só:2,07(g)	E:3 102(Kj) 742(KCal) F: 29(g)Kol: 27(g)Sz: 81(g) Zsir: 42(g)Cuk: 2(g)Só:3,76(g)	E:3 337(Kj) 798(KCal) F: 34(g)Kol: 45(g)Sz: 93(g) Zsir: 30(g)Cuk: 6(g)Só:2,12(g)	E:3 399(Kj) 813(KCal) F: 43(g)Kol:114(g)Sz:109(g) Zsir: 24(g)Cuk: 1(g)Só:4,92(g)	E:3 529(Kj) 844(KCal) F: 32(g)Kol: 65(g)Sz: 99(g) Zsir: 33(g)Cuk: 14(g)Só:3,04(g)
<b>Úzsonna</b>				