

Étlap (felnőttek 19-60)

2024.09.23 - 2024.09.29.

<i>Hétfő</i> 2024.09.23	<i>Kedd</i> 2024.09.24.	<i>Szerda</i> 2024.09.25.	<i>Csütörtök</i> 2024.09.26.	<i>Péntek</i> 2024.09.27.
Tízórai				
Ebéd				
<p>Zöldségleves (Móra) Zabpelyhes paradicsomos húsgombóc (Móra) (01,03,07,09,10.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.)</p> <p>E:2 981(Kj) 713(KCal) F: 29(g)Kol:135(g)Sz:102(g) Zsir: 19(g)Cuk: 28(g)Só:3,92(g)</p>	<p>Brokkolikrém leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Óvári csirkemellfilé (Móra) (01,07.) Burgonyapüré(Móra) (07.) Csemege uborka (Móra)</p> <p>E:3 484(Kj) 833(KCal) F: 60(g)Kol: 90(g)Sz: 62(g) Zsir: 36(g)Cuk: 3(g)Só:4,89(g)</p>	<p>Karalábéleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Halpaprikás (Móra) (04,07.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.)</p> <p>E:3 524(Kj) 843(KCal) F: 44(g)Kol: 61(g)Sz:100(g) Zsir: 27(g)Cuk: 1(g)Só:3,05(g)</p>	<p>Tarhonyaleves(Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Alma (Móra)</p> <p>E:3 250(Kj) 778(KCal) F: 44(g)Kol: 86(g)Sz: 85(g) Zsir: 27(g)Cuk: 9(g)Só:3,08(g)</p>	<p>Pulykaraguleves (tejfőlés) (Móra) (01,03,09,10,07.) Tejespite baracklekvárral(Móra) (01,03,07.)</p> <p>E:3 166(Kj) 758(KCal) F: 38(g)Kol:200(g)Sz:107(g) Zsir: 18(g)Cuk: 24(g)Só:2,05(g)</p>
Úzsonna				