

Étlap (felnőttek 19-60)

2024.09.30 - 2024.10.06.

| <i>Hétfő</i> 2024.09.30 | <i>Kedd</i> 2024.10.01. | <i>Szerda</i> 2024.10.02. | <i>Csütörtök</i> 2024.10.03. | <i>Péntek</i> 2024.10.04. |
|---|--|--|---|---|
| Tízórai | | | | |
| Ebéd Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10,) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10,) E:3 456(Kj) 827(KCal) F: 28(g)Kol:224(g)Sz: 83(g) Zsir: 39(g)Cuk: 2(g)Só:4,58(g) | Grízgaluska leves (Móra) (01,03,07,09,10,) Süttőtökös csirke (Móra) (03,07,09,01,06,10,) Tészta köret (Móra) (01,03,) Alma (Móra) E:3 967(Kj) 949(KCal) F: 60(g)Kol:176(g)Sz:122(g) Zsir: 40(g)Cuk: 2(g)Só:3,71(g) | Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10,) Sertésfasírt (Móra) (01,03,06,07,08,11,) Kukoricás bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) Vitamin saláta öntettel (Móra) (07,) E:3 965(Kj) 949(KCal) F: 37(g)Kol:119(g)Sz:103(g) Zsir: 42(g)Cuk: 5(g)Só:3,25(g) | Burgonyaleves,magyaros (Móra) (01,03,07,09,10,) Zöldbab főzelék (Móra) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08,) E:3 735(Kj) 893(KCal) F: 44(g)Kol: 46(g)Sz: 92(g) Zsir: 36(g)Cuk: 1(g)Só:4,44(g) | Sertéshúsleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Baracklekváros gombóc (Móra) (01,) E:3 849(Kj) 921(KCal) F: 32(g)Kol: 37(g)Sz:148(g) Zsir: 19(g)Cuk: 5(g)Só:2,23(g) |
| Úzsonna | | | | |