

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.01.20 - 2025.01.26.

<i>Hétfő</i> 2025.01.20	<i>Kedd</i> 2025.01.21.	<i>Szerda</i> 2025.01.22.	<i>Csütörtök</i> 2025.01.23.	<i>Péntek</i> 2025.01.24.
Tízórai				
Ebéd Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10,) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10,) Müzli szelet (Móra) (05,08,) E:3 771(Kj) 902(KCal) F: 29(g)Kol:224(g)Sz: 97(g) Zsir: 41(g)Cuk: 2(g)Só:4,58(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10,) Csirkemelles carbonara penne tészta (Mór (01,07,03,) Mandarin (Móra) E:3 799(Kj) 909(KCal) F: 56(g)Kol:121(g)Sz:108(g) Zsir: 25(g)Cuk: 0(g)Só:3,35(g)	Sütőtökrém leves (Móra) (01,03,07,09,10,06,) Hentestokány (Móra) (01,) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) E:3 865(Kj) 925(KCal) F: 31(g)Kol: 56(g)Sz:103(g) Zsir: 40(g)Cuk: 7(g)Só:5,08(g)	Zöldségleves (Móra) (03,01,07,09,10,) Burgonya főzelék (Móra) (01,07,03,09,10,) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11,) Alma (Móra) E:3 238(Kj) 775(KCal) F: 23(g)Kol: 2(g)Sz: 89(g) Zsir: 34(g)Cuk: 2(g)Só:3,77(g)	Gulyásleves (Móra) (09,01,03,07,10,) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08,) Tejespite baracklekvárral(Móra) (07,01,03,) E:3 713(Kj) 888(KCal) F: 40(g)Kol:221(g)Sz:145(g) Zsir: 14(g)Cuk: 24(g)Só:2,23(g)
Úzsonna				