

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.03.31 - 2025.04.06.

<i>Hétfő</i> 2025.03.31	<i>Kedd</i> 2025.04.01.	<i>Szerda</i> 2025.04.02.	<i>Csütörtök</i> 2025.04.03.	<i>Péntek</i> 2025.04.04.
Tízórai				
Ebéd				
<p>Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Hentestokány (Móra) (01.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra)</p> <p>E:3 538(Kj) 846(KCal) F: 32(g)Kol: 48(g)Sz: 99(g) Zsir: 34(g)Cuk: 4(g)Só:3,53(g)</p>	<p>Karalábékrémleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Paprikás burgonya virslivel (Móra) (01,03,07,09,10,06.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.)</p> <p>E:3 767(Kj) 901(KCal) F: 31(g)Kol: 76(g)Sz:105(g) Zsir: 37(g)Cuk: 3(g)Só:4,20(g)</p>	<p>Gyümölcsleves (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Sült csirkecomb (Móra) Kukoricás rizs (Móra) (01,03,07,09,10.) Vitamin saláta öntettel (Móra) (07.)</p> <p>E:2 973(Kj) 711(KCal) F: 23(g)Kol: 17(g)Sz: 99(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:2,10(g)</p>	<p>Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Sertésfasírt (Móra) (01,03,06,07,08,11.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.)</p> <p>E:3 805(Kj) 910(KCal) F: 51(g)Kol:156(g)Sz:117(g) Zsir: 34(g)Cuk: 9(g)Só:4,42(g)</p>	<p>Alföldi burgonyagombóclevés (Móra) (09,01,03,07,10.) Ízes-grízes tészta(Móra) (01,03.) Banán (Móra)</p> <p>E:3 119(Kj) 746(KCal) F: 20(g)Kol: 36(g)Sz:162(g) Zsir: 16(g)Cuk: 15(g)Só:2,54(g)</p>
Úzsonna				