

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.04.21 - 2025.04.27.

<i>Hétfő</i> 2025.04.21	<i>Kedd</i> 2025.04.22.	<i>Szerda</i> 2025.04.23.	<i>Csütörtök</i> 2025.04.24.	<i>Péntek</i> 2025.04.25.
Tízórai				
Ebéd	Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Zöldbab főzelék (Móra) (07,01,03,09,10,) Fasírtgolyó (Móra) (06,01,) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08,) E:4 106(Kj) 982(KCal) F: 36(g)Kol: 8(g)Sz:109(g) Zsir: 43(g)Cuk: 3(g)Só:6,10(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10,) Halpaprikás (Móra) (07,04,) Tészta köret (Móra) (01,03,) Csemege uborka (Móra) E:3 643(Kj) 872(KCal) F: 47(g)Kol: 60(g)Sz:104(g) Zsir: 27(g)Cuk: 1(g)Só:4,05(g)	Karfiollevés tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10,) Rántott s.karaj magvas,tepsiben sütve (M (01,03,) Burgonyapüré(Móra) (07,) Tavaszi saláta (Móra) E:4 245(Kj) 1 016(KCal) F: 43(g)Kol:137(g)Sz:106(g) Zsir: 46(g)Cuk: 10(g)Só:3,27(g)	Tárkonyos burgonya leves (Móra) (07,01,03,09,10,) Káposztás tészta (Móra) (01,03,) Banán (Móra) E:3 501(Kj) 837(KCal) F: 23(g)Kol: 41(g)Sz:139(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:4,04(g)
Uzsonna				