

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.07.14 - 2025.07.20.

<i>Hétfő</i> 2025.07.14	<i>Kedd</i> 2025.07.15.	<i>Szerda</i> 2025.07.16.	<i>Csütörtök</i> 2025.07.17.	<i>Péntek</i> 2025.07.18.
Tízórai				
Ebéd				
Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Lasagne (Móra) (01,09,07,03,) E:3 586(Kj) 858(KCal) F: 49(g)Kol:151(g)Sz:103(g) Zsir: 38(g)Cuk: 6(g)Só:2,47(g)	Zellerkrém leves (Móra) (01,09,07,03,10,) Sertésragu pirított csirkemájjal (Móra) (01,03,07,09,10,) Főtt burgonya (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08,) Alma (Móra) E:3 710(Kj) 888(KCal) F: 46(g)Kol: 81(g)Sz:107(g) Zsir: 29(g)Cuk: 1(g)Só:4,52(g)	Karfiolleves tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10,) Halpaprikás (Móra) (07,04,) Tészta köret (Móra) (01,03,) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10,) E:3 573(Kj) 855(KCal) F: 44(g)Kol: 61(g)Sz: 99(g) Zsir: 28(g)Cuk: 1(g)Só:3,05(g)	Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10,) Sült sertéshús (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08,) E:3 899(Kj) 933(KCal) F: 49(g)Kol: 87(g)Sz:113(g) Zsir: 28(g)Cuk: 9(g)Só:4,76(g)	Fejtettbaleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Tejespite baracklekvárral (Móra) (07,01,03,) Őszibarack (Móra) E:3 311(Kj) 792(KCal) F: 26(g)Kol:168(g)Sz:132(g) Zsir: 15(g)Cuk: 24(g)Só:2,04(g)
Uzsonna				