

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.09.01 - 2025.09.07.

<i>Hétfő</i> 2025.09.01	<i>Kedd</i> 2025.09.02.	<i>Szerda</i> 2025.09.03.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.04.	<i>Péntek</i> 2025.09.05.
Tízórai				
Ebéd Karfiollevés tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Tarhonyáshús (Móra) (01,03,07,09,10.) Csemege uborka (Móra) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 208(Kj) 767(KCal) F: 35(g)Kol: 90(g)Sz: 93(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:2,57(g)	Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,07,10.) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 352(Kj) 802(KCal) F: 38(g)Kol: 43(g)Sz:105(g) Zsir: 23(g)Cuk: 14(g)Só:3,10(g)	Zöldséglevés (Móra) (03,01,07,09,10.) Burgonya főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) Őszibarack (Móra) E:3 283(Kj) 785(KCal) F: 24(g)Kol: 2(g)Sz: 91(g) Zsir: 34(g)Cuk: 2(g)Só:3,77(g)	Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Tejszínes gombás pulyka (Móra) (07,01,03,09,10.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 719(Kj) 890(KCal) F: 36(g)Kol: 46(g)Sz: 96(g) Zsir: 38(g)Cuk: 1(g)Só:3,62(g)	Palóclevés (Móra) (07,01,03,09,10.) Meggyes piskóta (Móra) (03,07,01.) E:3 117(Kj) 746(KCal) F: 26(g)Kol:186(g)Sz:104(g) Zsir: 23(g)Cuk: 30(g)Só:2,04(g)
Üzsonna				