

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd Zöldséges árpagyögleves (Móra) (01,09,03,07,10.) Milánói spaghetti (Móra) (01,03,09.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 492(Kj) 835(KCal) F: 33(g)Kol: 75(g)Sz:127(g) Zsir: 20(g)Cuk: 10(g)Só:2,54(g)	Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Hentestokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Őszibarack (Móra) E:3 605(Kj) 862(KCal) F: 32(g)Kol: 48(g)Sz:108(g) Zsir: 31(g)Cuk: 4(g)Só:3,53(g)	Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Csöbenschütt halfilé (Móra) (07,01,03,04.) Petrezselymes burgonya (Móra) Alma (Móra) E:3 265(Kj) 781(KCal) F: 43(g)Kol:255(g)Sz: 61(g) Zsir: 41(g)Cuk: 1(g)Só:3,83(g)	Burgonyaleves,magyaros (Móra) (01,03,07,09,10.) Tököfőzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Csirkecombfilé pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Banán (Móra) E:3 563(Kj) 852(KCal) F: 26(g)Kol: 15(g)Sz:128(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:4,77(g)	Csirkemájgombóclevés (Móra) (03,01,07,09,10.) Tejespite baracklekvárral (Móra) (07,01,03.) E:3 310(Kj) 792(KCal) F: 36(g)Kol:237(g)Sz:128(g) Zsir: 17(g)Cuk: 25(g)Só:1,54(g)
Uzsonna				