

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.09.29 - 2025.10.05.

<i>Hétfő</i> 2025.09.29	<i>Kedd</i> 2025.09.30.	<i>Szerda</i> 2025.10.01.	<i>Csütörtök</i> 2025.10.02.	<i>Péntek</i> 2025.10.03.
Tízórai				
Ebéd Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10,) Müzli szelet (Móra) (05,08,) E:3 495(Kj) 836(KCal) F: 33(g)Kol: 62(g)Sz:105(g) Zsir: 39(g)Cuk: 2(g)Só:4,06(g)	Karfiolleves tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10,) Óvári csirkemellfilé (Móra) (07,01,) Burgonyapüré(Móra) (07,) Csemege uborka (Móra) E:3 282(Kj) 785(KCal) F: 58(g)Kol: 89(g)Sz: 60(g) Zsir: 33(g)Cuk: 1(g)Só:4,11(g)	Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Gyümölcsmártás (Móra) (07,01,03,06,09,10,) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11,) E:3 263(Kj) 781(KCal) F: 23(g)Kol: 15(g)Sz:119(g) Zsir: 22(g)Cuk: 31(g)Só:3,74(g)	Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,07,10,) Zöldborsós sertéstokány(Móra) (01,) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) E:3 258(Kj) 779(KCal) F: 29(g)Kol: 48(g)Sz:101(g) Zsir: 27(g)Cuk: 14(g)Só:3,07(g)	Alföldi burgonyagombóclevés (Móra) (09,01,03,07,10,) Ízes-grízes tészta(Móra) (01,03,) Alma (Móra) E:2 653(Kj) 635(KCal) F: 19(g)Kol: 36(g)Sz:136(g) Zsir: 16(g)Cuk: 15(g)Só:2,54(g)
Uzsonna				