

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.10.13 - 2025.10.19.

<i>Hétfő</i> 2025.10.13	<i>Kedd</i> 2025.10.14.	<i>Szerda</i> 2025.10.15.	<i>Csütörtök</i> 2025.10.16.	<i>Péntek</i> 2025.10.17.	<i>Szombat</i> 2025.10.18.
Tízórai					
Ebéd Zöldséges árpagyöngy-leves(Móra) (01,09,03,07,10.) Zabpelyhes paradicsomos húsgombóc (Móra) (01,03,07,09,10.) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Banán (Móra) E:4 052(Kj) 969(KCal) F: 34(g)Kol:134(g)Sz:160(g) Zsir: 19(g)Cuk: 28(g)Só:4,76(g)	Tojásleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 551(Kj) 850(KCal) F: 40(g)Kol:227(g)Sz: 90(g) Zsir: 34(g)Cuk: 1(g)Só:3,60(g)	Burgonyaleves,magyaros (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Sertésfasírt (Móra) (01,03,06,07,08,11.) E:3 276(Kj) 784(KCal) F: 39(g)Kol:129(g)Sz: 93(g) Zsir: 26(g)Cuk: 9(g)Só:3,75(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Bakonyi pulykaragu (Móra) (07,01,03,09,10.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 337(Kj) 798(KCal) F: 34(g)Kol: 45(g)Sz: 93(g) Zsir: 30(g)Cuk: 6(g)Só:2,12(g)	Sertéshúsleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Káposztás tészta (Móra) (01,03.) Szilva (Móra) E:3 351(Kj) 802(KCal) F: 32(g)Kol: 77(g)Sz:114(g) Zsir: 21(g)Cuk: 0(g)Só:3,23(g)	Palóc-leves (Móra) (07,01,03,09,10.) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Tejbe rizs kakaó,fahéj szórattal (Móra) (07,01.) E:2 685(Kj) 642(KCal) F: 35(g)Kol: 77(g)Sz:106(g) Zsir: 19(g)Cuk: 7(g)Só:3,63(g)
Uzsonna					