

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.11.10 - 2025.11.16.

<i>Hétfő</i> 2025.11.10	<i>Kedd</i> 2025.11.11.	<i>Szerda</i> 2025.11.12.	<i>Csütörtök</i> 2025.11.13.	<i>Péntek</i> 2025.11.14.
Tízórai				
Ebéd Zellerkrém leves (Móra) (01,09,07,03,10.) Hentestokány (Móra) (01.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 473(Kj) 831(KCal) F: 30(g)Kol: 49(g)Sz: 99(g) Zsir: 33(g)Cuk: 1(g)Só:3,28(g)	Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Csirkemelles carbonara penne tésztá (Mór (01,07,03.) E:3 633(Kj) 869(KCal) F: 53(g)Kol:121(g)Sz: 96(g) Zsir: 28(g)Cuk: 3(g)Só:2,34(g)	Zöldséges árpagyögye leves(Móra) (01,09,03,07,10.) Almamártás (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,03,06,07,11,08.) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 899(Kj) 933(KCal) F: 38(g)Kol: 74(g)Sz:138(g) Zsir: 24(g)Cuk: 31(g)Só:4,76(g)	Karfiol leves tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Paprikás burgonya virslivel (Móra) (01,03,07,09,10,06.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.) Banán (Móra) E:3 503(Kj) 838(KCal) F: 27(g)Kol: 74(g)Sz: 99(g) Zsir: 34(g)Cuk: 1(g)Só:2,25(g)	Csirkereguleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Meggyes piskóta (Móra) (03,07,01.) E:2 943(Kj) 704(KCal) F: 28(g)Kol:174(g)Sz: 99(g) Zsir: 20(g)Cuk: 30(g)Só:1,56(g)
Uzsonna				