

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.11.17 - 2025.11.23.

<i>Hétfő</i> 2025.11.17	<i>Kedd</i> 2025.11.18.	<i>Szerda</i> 2025.11.19.	<i>Csütörtök</i> 2025.11.20.	<i>Péntek</i> 2025.11.21.
Tízórai				
Ebéd				
Zöldségleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Lasagne (Móra) (01,09,07,03.) E:3 526(Kj) 844(KCal) F: 43(g)Kol:125(g)Sz:100(g) Zsir: 30(g)Cuk: 6(g)Só:2,48(g)	Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Lencsefőzelék (Móra) (07,10,01,03,09.) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Alma (Móra) E:4 285(Kj) 1 025(KCal) F: 51(g)Kol: 60(g)Sz:134(g) Zsir: 29(g)Cuk: 7(g)Só:5,33(g)	Burgonyaleves,magyaros (Móra) (01,03,07,09,10.) Tejszínes-zöldséges halragu (Móra) (01,07,04) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Banán (Móra) E:3 998(Kj) 956(KCal) F: 37(g)Kol: 22(g)Sz:134(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só:3,61(g)	Sütőtökrém leves (Móra) (01,03,07,09,10,06.) Sült csirkecomb (Móra) Burgonyapüré (Móra) (07.) Tavaszi saláta (Móra) E:3 176(Kj) 760(KCal) F: 21(g)Kol: 27(g)Sz: 95(g) Zsir: 32(g)Cuk: 16(g)Só:5,02(g)	Alföldi burgonyagombóclevés (Móra) (09,01,03,07,10.) Mákos guba (Móra) (07,01,03,06,08,11.) E:3 690(Kj) 883(KCal) F: 30(g)Kol: 22(g)Sz:127(g) Zsir: 27(g)Cuk: 30(g)Só:3,19(g)
Uzsonna				