

Étlap (felnőttek 19-60)

2025.12.15 - 2025.12.21.

<i>Hétfő</i> 2025.12.15	<i>Kedd</i> 2025.12.16.	<i>Szerda</i> 2025.12.17.	<i>Csütörtök</i> 2025.12.18.	<i>Péntek</i> 2025.12.19.
Tízórai				
Ebéd Burgonyaleves, tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10.) Székelykáposzta (Móra) (07,01,03,09,10.) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Banán (Móra) E:3 776(Kj) 903(KCal) F: 29(g)Kol: 43(g)Sz:126(g) Zsir: 29(g)Cuk: 1(g)Só:4,76(g)	Zöldségleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Rántott csirkemell magvas, tepsiben (Mór (03,01,07.) Burgonyapüré (Móra) (07.) Sárgarépás almás-cékla saláta (Móra) E:3 874(Kj) 927(KCal) F: 55(g)Kol:130(g)Sz:100(g) Zsir: 35(g)Cuk: 5(g)Só:3,06(g)	Tarhonyaleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10.) Sült sertéshús (Móra) Alma (Móra) E:3 354(Kj) 802(KCal) F: 45(g)Kol: 86(g)Sz: 90(g) Zsir: 27(g)Cuk: 9(g)Só:3,08(g)	Karfiollevés tejfölös (Móra) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Csemege uborka (Móra) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 800(Kj) 909(KCal) F: 44(g)Kol: 61(g)Sz:109(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só:3,05(g)	Szárazbableves (Móra) (01,03,07,09,10.) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08.) Tejbegríz kakaó,fahéj szórattal (Móra) (07,01.) Narancs (Móra) E:3 248(Kj) 777(KCal) F: 35(g)Kol: 50(g)Sz:141(g) Zsir: 17(g)Cuk: 7(g)Só:3,13(g)
Uzsonna				