

Étlap (felnőttek 19-60)

2026.01.12 - 2026.01.18.

<i>Hétfő</i> 2026.01.12	<i>Kedd</i> 2026.01.13.	<i>Szerda</i> 2026.01.14.	<i>Csütörtök</i> 2026.01.15.	<i>Péntek</i> 2026.01.16.
Tízórai				
Ebéd				
Karalábékrémleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) E:3 524(Kj) 843(KCal) F: 28(g)Kol: 38(g)Sz:100(g) Zsir: 34(g)Cuk: 5(g)Só:4,84(g)	Zöldséges árpagyögye leves (Móra) (01,09,03,07,10.) Óvári csirkemellfilé (Móra) (07,01.) Burgonyapüré (Móra) (07.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.) E:3 518(Kj) 842(KCal) F: 59(g)Kol: 87(g)Sz: 78(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só:4,60(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Halpaprikás (Móra) (07,04.) Tészta köret (Móra) (01,03.) Csemege uborka (Móra) Alma (Móra) E:3 838(Kj) 918(KCal) F: 47(g)Kol: 60(g)Sz:115(g) Zsir: 28(g)Cuk: 1(g)Só:4,05(g)	Tárkonyos burgonya leves (Móra) (07,01,03,09,10.) Cyümölcs mártás (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Panírozott dinók (Móra) (01,03,07,06,09,10,11.) E:3 313(Kj) 793(KCal) F: 23(g)Kol: 7(g)Sz:123(g) Zsir: 22(g)Cuk: 32(g)Só:4,26(g)	Zöldbableves (tejfőlés)(Móra) (07,01,03,09,10.) Piskóta málnaöntettel (Móra) (03,07,01.) Banán (Móra) E:3 690(Kj) 883(KCal) F: 22(g)Kol:168(g)Sz:142(g) Zsir: 23(g)Cuk: 32(g)Só:1,04(g)
Úzsonna				