

Étlap (felnőttek 19-60)

2026.02.02 - 2026.02.08.

<i>Hétfő</i> 2026.02.02	<i>Kedd</i> 2026.02.03.	<i>Szerda</i> 2026.02.04.	<i>Csütörtök</i> 2026.02.05.	<i>Péntek</i> 2026.02.06.
Tízórai				
Ebéd Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10,) Lasagne (Móra) (01,09,07,03,) Alma (Móra) E:4 091(Kj) 979(KCal) F: 48(g)Kol:125(g)Sz:123(g) Zsir: 32(g)Cuk: 7(g)Só:3,49(g)	Zellerkrém leves (Móra) (01,09,07,03,10,) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10,) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) Müzli szelet (Móra) (05,08,) E:3 595(Kj) 860(KCal) F: 40(g)Kol: 42(g)Sz: 98(g) Zsir: 32(g)Cuk: 1(g)Só:2,85(g)	Minestrone (Móra) (09,01,03,07,10,) Rántott s.karaj magvas,tepsiben sütve (M (01,03,) Petrezselymes burgonya (Móra) Őszibarackbefőtt (Móra) E:3 662(Kj) 876(KCal) F: 38(g)Kol:131(g)Sz:100(g) Zsir: 39(g)Cuk: 21(g)Só:22,21(g)	Csontleves (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,) E:3 914(Kj) 936(KCal) F: 57(g)Kol: 80(g)Sz:115(g) Zsir: 35(g)Cuk: 7(g)Só:4,83(g)	Palóclevés (Móra) (07,01,03,09,10,) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,03,06,07,11,08,) Tejberizs kakaó,fahéj szórattal (Móra) (07,) E:3 591(Kj) 859(KCal) F: 36(g)Kol: 77(g)Sz:131(g) Zsir: 19(g)Cuk: 17(g)Só:3,23(g)
Úzsonna				