

Étlap (felnőttek 19-60)

2026.02.16 - 2026.02.22.

<i>Hétfő</i> 2026.02.16	<i>Kedd</i> 2026.02.17.	<i>Szerda</i> 2026.02.18.	<i>Csütörtök</i> 2026.02.19.	<i>Péntek</i> 2026.02.20.
Tízórai				
Ebéd Zöldségleves (Móra) (03,01,07,09,10.) Tejszínes gombás sertésragu (Móra) (07,01,03,09,10.) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10.) Mandarin (Móra) E:3 289(Kj) 787(KCal) F: 30(g)Kol: 45(g)Sz: 89(g) Zsir: 32(g)Cuk: 2(g)Só:4,20(g)	Lebbencsleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Tökfőzelék (Móra) (01,03,07,09,10.) Csirkecombfilé pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01.) Banán (Móra) E:3 537(Kj) 846(KCal) F: 26(g)Kol: 23(g)Sz:124(g) Zsir: 25(g)Cuk: 6(g)Só:4,75(g)	Karatőkeleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Sertésragu pirított csirkemájjal (Móra) (01,03,07,09,10.) Főtt burgonya (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01.) E:3 276(Kj) 784(KCal) F: 44(g)Kol: 80(g)Sz: 93(g) Zsir: 24(g)Cuk: 1(g)Só:4,77(g)	Brokkolikrém leves (Móra) (07,01,03,09,10.) Sült csirkecomb (Móra) Kukoricás rizs (Móra) (01,03,07,09,10.) Őszibarackbefőtt (Móra) Müzli szelet (Móra) (05,08.) E:3 498(Kj) 837(KCal) F: 25(g)Kol: 15(g)Sz:112(g) Zsir: 31(g)Cuk: 23(g)Só:22,61(g)	Pulykaraguleves (tejfőlés) (Móra) (07,10,09,01,03.) Ízes-grízes tészta(Móra) (01,03.) E:3 195(Kj) 764(KCal) F: 37(g)Kol: 68(g)Sz:135(g) Zsir: 21(g)Cuk: 15(g)Só:3,05(g)
Uzsonna				