

Étlap (felnőttek 19-60)

2026.03.02 - 2026.03.08.

<i>Hétfő</i> 2026.03.02	<i>Kedd</i> 2026.03.03.	<i>Szerda</i> 2026.03.04.	<i>Csütörtök</i> 2026.03.05.	<i>Péntek</i> 2026.03.06.
Tízórai				
Ebed Zöldborsó leves (Móra) (01,07,03,) Milánói spaghetti (Móra) (01,03,09,) Müzli szelet (Móra) E:3 661(Kj) 876(KCal) F: 37(g)Kol: 77(g)Sz:128(g) Zsir: 22(g)Cuk: 10(g)Só:3,04(g)	Minestrone (Móra) (07,03,09,01,) Sajtos csirkemell (Móra) (07,01,03,) Burgonyapüré (Móra) (07,) Sárgarépas almás-cékla saláta (Móra) E:3 173(Kj) 759(KCal) F: 49(g)Kol:120(g)Sz: 72(g) Zsir: 33(g)Cuk: 6(g)Só:4,47(g)	Tarhonyaleves (Móra) (01,03,) Sárgaborsó főzelék (Móra) (01,) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,) E:3 647(Kj) 872(KCal) F: 45(g)Kol: 59(g)Sz:115(g) Zsir: 23(g)Cuk: 1(g)Só:4,79(g)	Zöldséges árpagyögye leves (Móra) (09,01,) Ananászos csirkeragu (Móra) (01,) Rizs köret (Móra) Banán (Móra) E:3 820(Kj) 914(KCal) F: 40(g)Kol: 38(g)Sz:130(g) Zsir: 24(g)Cuk: 1(g)Só:3,60(g)	Gulyásleves (Móra) (09,03,01,) Meggyes piskóta (Móra) (07,03,01,) E:3 012(Kj) 720(KCal) F: 31(g)Kol:211(g)Sz:104(g) Zsir: 18(g)Cuk: 30(g)Só:1,04(g)
Uzsonna				