

Étlap (felnőttek 19-60)

2026.03.30 - 2026.04.05.

<i>Hétfő</i> 2026.03.30	<i>Kedd</i> 2026.03.31.	<i>Szerda</i> 2026.04.01.	<i>Csütörtök</i> 2026.04.02.	<i>Péntek</i> 2026.04.03.
Tízórai				
Ebéd Paradicsom leves (Móra) (01,09,03.) Rakott zöldséges bulgur (Móra) (07,01.) E:3 587(Kj) 858(KCal) F: 36(g)Kol: 40(g)Sz:112(g) Zsír: 30(g)Cuk: 14(g)Só:2,06(g)	Zöldséges árpagyögye leves(Móra) (01,09.) Sütőtökös csirke (Móra) (07,01,03,09.) Tészta köret (Móra) (01,03.) E:4 049(Kj) 969(KCal) F: 52(g)Kol: 91(g)Sz:118(g) Zsír: 29(g)Cuk: 2(g)Só:4,51(g)	Zöldbableves (tejfölös)(Móra) (07,01.) Almamártás (Móra) (07,01,03,06,09,10.) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01.) Sült sertéshús (Móra) Müzli szelet (Móra) (01,06,07.) E:4 060(Kj) 971(KCal) F: 39(g)Kol: 74(g)Sz:134(g) Zsír: 30(g)Cuk: 31(g)Só:4,27(g)	Legényfogóleves (Móra) (03,01,07,10,09.) Káposztás tészta (Móra) (01,03.) Alma (Móra) E:3 267(Kj) 782(KCal) F: 34(g)Kol: 69(g)Sz:102(g) Zsír: 24(g)Cuk: 0(g)Só:4,05(g)	
Uzsonna				