

Étlap (felnőttek 19-60)

2026.06.22 - 2026.06.28.

<i>Hétfő</i> 2026.06.22	<i>Kedd</i> 2026.06.23.	<i>Szerda</i> 2026.06.24.	<i>Csütörtök</i> 2026.06.25.	<i>Péntek</i> 2026.06.26.
Tízórai				
Ebéd Paradicsom leves (Móra) (01,09,03,) Rakott bulguros karfiol (Móra) (07,01,) Müzli szelet (Móra) (01,06,07,) E:3 487(Kj) 834(KCal) F: 30(g)Kol: 40(g)Sz:103(g) Zsír: 32(g)Cuk: 14(g)Só:3,04(g)	Tojásleves (Móra) (03,01,) Óvári csirkemellfilé (Móra) (07,01,) Burgonyapüré(Móra) (07,) Csemege uborka (Móra) E:3 407(Kj) 815(KCal) F: 58(g)Kol:276(g)Sz: 50(g) Zsír: 40(g)Cuk: 1(g)Só:4,61(g)	Csontleves (Móra) (01,03,) Szárazbab főzelék (Móra) (07,10,01,) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,) Alma (Móra) E:4 000(Kj) 957(KCal) F: 55(g)Kol: 80(g)Sz:125(g) Zsír: 34(g)Cuk: 1(g)Só:5,27(g)	Brokkolikrém leves (Móra) (07,01,03,) Sült csirkecomb (Móra) Kukoricás rizs (Móra) Sárgarépás almás-cékla saláta (Móra) E:3 057(Kj) 731(KCal) F: 25(g)Kol: 15(g)Sz: 92(g) Zsír: 29(g)Cuk: 8(g)Só:3,86(g)	Húsgombócleves (Móra) (03,01,) Sajtos metélt (Móra) (07,01,03,) E:3 760(Kj) 899(KCal) F: 43(g)Kol:166(g)Sz: 84(g) Zsír: 41(g)Cuk: 0(g)Só:2,54(g)
Uzsonna				