

Étlap (felnőttek 19-60)

2019.11.25 - 2019.12.01.

<i>Hétfő</i> 2019.11.25	<i>Kedd</i> 2019.11.26.	<i>Szerda</i> 2019.11.27.	<i>Csütörtök</i> 2019.11.28.	<i>Péntek</i> 2019.11.29.	<i>Szombat</i> 2019.11.30.	<i>Vasárnap</i> 2019.12.01.
Tízórai						
Ébéd Tárkonyos burgonya leves (Móra) (12, 07, 01, 03, 09, 10) Chilis bab sertéshússal (Móra) Rizs köret (Móra) (01, 03, 07, 09, 10) E:3 406(Kj) 815(KCal) F: 27(g)Kol: 35(g)Sz:104(g) Zsír: 30(g)Cuk: 2(g)Só:5,08	Zöldségleves (Móra) (01, 03, 07, 09, 10) Süttőtökös csirke (Móra) (07, 01, 03, 09, 10, 06) Penne tészta (Móra) (01) Alma (Móra) E:3 621(Kj) 866(KCal) F: 48(g)Kol: 83(g)Sz: 97(g) Zsír: 29(g)Cuk: 2(g)Só:4,51	Tojásleves (Móra) (03, 01, 07, 09, 10) Csöbenschült halfilé (Móra) (07, 01, 03, 04) Burgonyapüré(Móra) (12, 07) Narancs (Móra) E:3 393(Kj) 812(KCal) F: 44(g)Kol:257(g)Sz: 63(g) Zsír: 43(g)Cuk: 1(g)Só:3,86	Rizsleves (Móra) (01, 03, 07, 09, 10) Szárabb főzelék (Móra) (07, 10, 01, 03, 09) Párolt pulykamell (Móra) Alma (Móra) E:3 355(Kj) 803(KCal) F: 41(g)Kol: 29(g)Sz: 88(g) Zsír: 29(g)Cuk: 1(g)Só:4,10	Palóclevés (Móra) (07, 12, 01, 03, 09, 10) Meggyes piskóta (Móra) (03, 07, 01) E:3 117(Kj) 746(KCal) F: 26(g)Kol:186(g)Sz:104(g) Zsír: 23(g)Cuk: 30(g)Só:2,04		
Uzsonna						