

Étlap (felnőttek 19-60)

2020.02.10 - 2020.02.16.

<i>Hétfő</i> 2020.02.10	<i>Kedd</i> 2020.02.11.	<i>Szerda</i> 2020.02.12.	<i>Csütörtök</i> 2020.02.13.	<i>Péntek</i> 2020.02.14.
Tízórai				
Ebéd				
Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10,) Milánói spagetti (Móra) (01,03,09,) Mandarin (Móra)	Karfiollevés tejfölös (Móra) (07,01,03,09,10,) Rántott csirkemell (Móra) (03,01,07,) Rizi-bizi (Móra) (01,03,07,09,10,) Csemege uborka (Móra)	Zöldséglevés (Móra) (01,03,07,09,10,) Burgonya főzelék (Móra) (01,12,07,03,09,10,) Sertéssasírt (Móra) (01,03,) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01,.)	Tojáslevés (Móra) (03,01,07,09,10,) Tejszínes gombás pulyka (Móra) (07,01,03,09,10,) Bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) Alma (Móra)	Gulyáslevés (Móra) (12,09,01,03,07,10,) Tejespite eperlekvárral (Móra) (07,01,03,.)
E:3 535(Kj) 846(KCal) F: 37(g)Kol: 77(g)Sz:124(g) Zsir: 20(g)Cuk: 10(g)Só:3,04(g)	E:3 700(Kj) 885(KCal) F: 52(g)Kol:126(g)Sz:111(g) Zsir: 23(g)Cuk: 1(g)Só:4,10(g)	E:3 340(Kj) 799(KCal) F: 31(g)Kol:118(g)Sz: 89(g) Zsir: 33(g)Cuk: 1(g)Só:4,14(g)	E:3 754(Kj) 898(KCal) F: 38(g)Kol:227(g)Sz: 76(g) Zsir: 47(g)Cuk: 2(g)Só:3,64(g)	E:2 981(Kj) 713(KCal) F: 34(g)Kol:221(g)Sz:109(g) Zsir: 13(g)Cuk: 24(g)Só:2,54(g)
Uzsonna				