

Étlap (felnőttek 19-60)

2020.03.16 - 2020.03.22.

<i>Hétfő</i> 2020.03.16	<i>Kedd</i> 2020.03.17.	<i>Szerda</i> 2020.03.18.	<i>Csütörtök</i> 2020.03.19.	<i>Péntek</i> 2020.03.20.
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) Zsir: 30(g)Cuk: 2(g)Só:5,08(g)	Zöldséges árpagyögyögleves (Móra) (01,09,03,07,10.) Tejfölös csirkeragu (Móra) (07,01,03,09,10.) Penne tészta (Móra) (01.) Narancs (Móra) E:3 102(Kj) 742(KCal) F: 24(g)Kol: 47(g)Sz: 96(g) Zsir: 26(g)Cuk: 1(g)Só:4,57(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01.) Csöbenschalt halfilé (Móra) (07,01,03,04.) Hagymás törtburgonya (Móra) (12.) Csemege uborka (Móra) E:3 176(Kj) 760(KCal) F: 40(g)Kol: 71(g)Sz: 81(g) Zsir: 32(g)Cuk: 10(g)Só:2,29(g)	Tarhonyaleves (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Zöldbab főzelék (Móra) (07,01,03,09,10,12.) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér (Móra) (01.) Alma (Móra) E:3 839(Kj) 919(KCal) F: 46(g)Kol: 53(g)Sz: 97(g) Zsir: 36(g)Cuk: 1(g)Só:4,53(g)	Bakonyi betyárleves (Móra) (07,01,03,09,10.) Sajtos metélt (Móra) (07,01,03.) E:3 289(Kj) 787(KCal) F: 30(g)Kol:113(g)Sz: 21(g) Zsir: 88(g)Cuk: 1(g)Só:4,39(g)
Uzsonna				