

Étlap (felnőttek 19-60)

2020.06.01 - 2020.06.07.

<i>Hétfő</i> 2020.06.01	<i>Kedd</i> 2020.06.02.	<i>Szerda</i> 2020.06.03.	<i>Csütörtök</i> 2020.06.04.	<i>Péntek</i> 2020.06.05.
Tízórai				
Ebéd	Csontleves (Móra) (01,03,07,09,10,) Zabpelyhes paradicsomos húsgombóc (Móra) (01,03,07,09,10,) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01,) Banán (Móra) E:3 482(Kj) 833(KCal) F: 37(g)Kol:161(g)Sz:129(g) Zsir: 27(g)Cuk: 27(g)Só:3,51(g)	Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10,) Rántott csirkemell (Móra) (03,01,07,) Burgonyapüré(Móra) (12,07,) Csemege uborka (Móra) E:3 242(Kj) 776(KCal) F: 46(g)Kol:128(g)Sz: 87(g) Zsir: 25(g)Cuk: 3(g)Só:3,07(g)	Lebbencsleves (Móra) (12,01,03,07,09,10,) Zöldborsó főzelék (Móra) (01,07,03,09,10,) Pulykafasírt (Móra) (01,03,) Alma (Móra) E:3 284(Kj) 786(KCal) F: 39(g)Kol:117(g)Sz: 99(g) Zsir: 24(g)Cuk: 9(g)Só:3,66(g)	Fejttettabagulyás (Móra) (12,01,03,07,09,10,) Szilvásgombóc (Móra) (01,03,07,) E:4 038(Kj) 966(KCal) F: 35(g)Kol: 45(g)Sz:151(g) Zsir: 22(g)Cuk: 10(g)Só:2,54(g)
Úzsonna				