

Étlap (felnőttek 19-60)

2020.06.08 - 2020.06.14.

<i>Hétfő</i> 2020.06.08	<i>Kedd</i> 2020.06.09.	<i>Szerda</i> 2020.06.10.	<i>Csütörtök</i> 2020.06.11.	<i>Péntek</i> 2020.06.12.
Tízórai				
Ebéd Brokkolikrém leves (Móra) (07,01,03,09,10.) Rizseshús (Móra) (01,03,07,09,10.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.) E:3 191(Kj) 763(KCal) F: 34(g)Kol: 56(g)Sz: 97(g) Zsir: 24(g)Cuk: 3(g)Só:3,89(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Csirkemelles carbonara penne tészta (Mór (01,07,03.) Alma (Móra) E:3 645(Kj) 872(KCal) F: 55(g)Kol:121(g)Sz:101(g) Zsir: 25(g)Cuk: 0(g)Só:3,35(g)	Gyümölcsleves (Móra) (07,01.) Sokmagos rántott halfilé (Móra) (04,03,01,11,07.) Petrezselymes burgonya (Móra) (12.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.) E:3 245(Kj) 776(KCal) F: 40(g)Kol: 83(g)Sz:105(g) Zsir: 20(g)Cuk: 10(g)Só:2,00(g)	Burgonyaleves,magyaros (Móra) (12,01,03,07,09,10.) Zöldbab főzelék (Móra) (07,01,03,09,10,12.) Sertéspörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01.) Alma (Móra) E:3 556(Kj) 851(KCal) F: 37(g)Kol: 52(g)Sz:100(g) Zsir: 32(g)Cuk: 1(g)Só:4,54(g)	Pulykaraguleves (tejfőlés) (Móra) (07,10,09,01,03.) Burgonyás tészta (Móra) (12,01,03.) Csemege uborka (Móra) E:3 313(Kj) 793(KCal) F: 37(g)Kol: 68(g)Sz:101(g) Zsir: 24(g)Cuk: 0(g)Só:3,55(g)
Uzsonna				