

Étlap (felnőttek 19-60)

2020.07.20 - 2020.07.26.

<i>Hétfő</i> 2020.07.20	<i>Kedd</i> 2020.07.21.	<i>Szerda</i> 2020.07.22.	<i>Csütörtök</i> 2020.07.23.	<i>Péntek</i> 2020.07.24.
Tízórai				
Ebéd Zöldségleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Vadas mártás sertéshússal (Móra) (07,10,01,03,09.) Tésztá köret (Móra) E:3 561(Kj) 852(KCal) F: 36(g)Kol: 97(g)Sz:100(g) Zsír: 33(g)Cuk: 7(g)Só:4,16(g)	Paradicsom leves (Móra) (01,03,07,09,10.) Mexikói csirkeragu (Móra) (01,03,07,09,10.) Rizs köret (Móra) (01,03,07,09,10.) Alma (Móra) E:3 714(Kj) 888(KCal) F: 38(g)Kol: 43(g)Sz:126(g) Zsír: 24(g)Cuk: 28(g)Só:3,60(g)	Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10.) Szezámós-rántott halfilé (Móra) (04,03,01,11,07.) Burgonyapüré(Móra) (12,07.) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10.) E:3 259(Kj) 780(KCal) F: 44(g)Kol: 81(g)Sz: 96(g) Zsír: 22(g)Cuk: 0(g)Só:4,07(g)	Rizsleves (Móra) (01,03,07,09,10.) Kelkáposzta főzelék (Móra) Pulyka pörkölt (Móra) Teljes őrlésű kenyér(Móra) (01.) Alma (Móra) E:3 404(Kj) 814(KCal) F: 42(g)Kol: 46(g)Sz: 81(g) Zsír: 33(g)Cuk: 1(g)Só:4,49(g)	Gulyásleves (Móra) (12,09,01,03,07,10.) Sajtos metélt (Móra) (07,01,03.) E:3 661(Kj) 876(KCal) F: 37(g)Kol:153(g)Sz: 27(g) Zsír: 95(g)Cuk: 1(g)Só:4,56(g)
Uzsonna				