

Étlap (felnőttek 19-60)

2020.09.28 - 2020.10.04.

<i>Hétfő</i> 2020.09.28	<i>Kedd</i> 2020.09.29.	<i>Szerda</i> 2020.09.30.	<i>Csütörtök</i> 2020.10.01.	<i>Péntek</i> 2020.10.02.
Tízórai				
Ebéd Zöldborsó leves (Móra) (03,01,07,09,10,) Lasagna (Móra) (01,09,07,03,)	Gombaleves (Móra) (07,01,03,09,10,) Rántott csirkemell (Móra) (03,01,07,) Burgonyapüré (Móra) (12,07,) Vegyesvágott édesítőszerrel (Móra) (10,)	Brokkolikrém leves (Móra) (07,01,03,09,10,) Sajtos harcsafilé (Móra) (07,04,) Kukoricás bulgur (Móra) (01,03,07,09,10,) Csemege uborka (Móra) Alma (Móra)	Burgonyaleves,magyaros (Móra) (12,01,03,07,09,10,) Cyümölcs mártás (Móra) (07,01,) Pulykafasírt (Móra) (01,03,) Rozskenyér (Móra)	Sertéshúsleves (Móra) Stiriai metélt (Móra)
E:3 896(Kj) 932(KCal) F: 47(g)Kol:125(g)Sz:113(g) Zsir: 32(g)Cuk: 7(g)Só:3,49(g)	E:3 331(Kj) 797(KCal) F: 48(g)Kol:128(g)Sz: 90(g) Zsir: 25(g)Cuk: 3(g)Só:3,07(g)	E:3 877(Kj) 927(KCal) F: 49(g)Kol: 35(g)Sz: 84(g) Zsir: 42(g)Cuk: 3(g)Só:4,86(g)	E:3 390(Kj) 811(KCal) F: 29(g)Kol:104(g)Sz:130(g) Zsir: 17(g)Cuk: 31(g)Só:4,08(g)	E:3 815(Kj) 913(KCal) F: 38(g)Kol:223(g)Sz: 49(g) Zsir: 85(g)Cuk: 20(g)Só:2,23(g)
Uzsonna				