

Étlap (Felnőtt étkezés 19-70)

2024.04.29 - 2024.05.05.

<i>Hétfő</i> 2024.04.29	<i>Kedd</i> 2024.04.30.	<i>Szerda</i> 2024.05.01.	<i>Csütörtök</i> 2024.05.02.	<i>Péntek</i> 2024.05.03.
Tízórai Karamellás tej (07.) Csokoládés croissant E:2 549(Kj) 610(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 70(g) Zsir: 29(g)Cuk: 46(g)Só:0,00(g)	Tea Kenyér (01,06.) Pritaminos túrókrém (07.) E:1 141(Kj) 273(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 50(g) Zsir: 4(g)Cuk: 14(g)Só:1,08(g)		Tej 1,5% (07.) Pogácsa sajtos (01,07,06.) E:2 209(Kj) 528(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 24(g)Cuk: 12(g)Só:1,80(g)	Tea Kenyér (01,06.) Margarin Gépsonka E:1 231(Kj) 294(KCal) F: 12(g)Kol: 14(g)Sz: 47(g) Zsir: 7(g)Cuk: 14(g)Só:1,74(g)
Ebéd Tejfölös zöldségleves (09,01,03,07.) Milánói makaróni (09,07,01,03.) E:3 372(Kj) 807(KCal) F: 32(g)Kol: 43(g)Sz: 86(g) Zsir: 36(g)Cuk: 5(g)Só:2,55(g)	Májgaluska leves Zöldbabfőzelék (07,01.) Sertéspörkölt (01.) Kenyér (01,06.) E:3 691(Kj) 883(KCal) F: 36(g)Kol: 55(g)Sz: 75(g) Zsir: 47(g)Cuk: 2(g)Só:4,38(g)		Lebbencsleves (01,03,09.) Barbecue csirkecomb filé (09.) Zöldséges rizs (09.) Cékla saláta E:3 798(Kj) 909(KCal) F: 36(g)Kol: 38(g)Sz:121(g) Zsir: 28(g)Cuk: 2(g)Só:2,35(g)	Húsleves (09,01,03.) Fott hús, sóskamártás, fott burgonya (07,01.) E:3 262(Kj) 780(KCal) F: 28(g)Kol: 61(g)Sz: 90(g) Zsir: 32(g)Cuk: 13(g)Só:1,32(g)
Uzsonna Barackos csirkecomb filé (07.) Rizi-bizi uzs. E:1 936(Kj) 463(KCal) F: 28(g)Kol: 42(g)Sz: 39(g) Zsir: 20(g)Cuk: 5(g)Só:1,51(g)	Debreceni sertésragu Tészta köret uzs. (01,03.) E:2 540(Kj) 608(KCal) F: 24(g)Kol: 52(g)Sz: 45(g) Zsir: 35(g)Cuk: 0(g)Só:1,56(g)		Sült oldalas Hagymás tört burgonya E:1 989(Kj) 476(KCal) F: 16(g)Kol: 48(g)Sz: 31(g) Zsir: 30(g)Cuk: 0(g)Só:1,82(g)	Sajttal sonkával töltött pulykamell uzs. (07,01,03.) Párolt rizs uzs. E:2 429(Kj) 581(KCal) F: 30(g)Kol: 28(g)Sz: 72(g) Zsir: 17(g)Cuk: 5(g)Só:0,84(g)