

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő március 18.				Kedd március 19.				Szerda március 20.				Csütörtök március 21.				Péntek március 22.			
Tízórai	SAGA gyümölcsstea. (A: Kén) Szalámi. (A: Szó) 7magvas zsemle (A: Glu, Szó, Sze) Uborka				Karamell. (A: Tej) Dinkelspitz. (A: Glu, CsF) Sárgarépa				Rostos gyümölcslé. Túrós rétes (A: Glu, Tej, Toj, Szó, Dió; FA: Tej, Kén)				SAGA gyümölcsstea- (A: Kén) Hot-dog graham kifli (A: Glu, Tej, Szó, Mus)				Tej. (A: Tej) Kockasajt (A: Tej) Korpás kifli. (A: Glu, Szó) Zöldpaprika.			
	E:	313	F:	12,4	E:	327	F:	15,7	E:	425	F:	7,8	E:	401	F:	15,1	E:	339	F:	18,2
	Zs:	13,7	Sz:	35,0	Zs:	5,4	Sz:	53,5	Zs:	14,9	Sz:	65,9	Zs:	15,3	Sz:	58,0	Zs:	10,2	Sz:	44,0
	Tzs:	0,4	C:	6,5	Tzs:	0,3	C:	6,4	Tzs:	0,0	C:	29,8	Tzs:	1,2	C:	9,2	Tzs:	0,6	C:	1,1
S:	1,22	Ca:	3	S:	0,94	Ca:	356	S:	0,06	Ca:	39	S:	2,76	Ca:	16	S:	1,25	Ca:	447	
Ebéd	Olasz zöldségleves Párolt sertésszelet. (FA: Glu, Tej, Toj, Szó, FMo, Dió, Zel, Mus, Sze) Sóskamártás. (A: Glu, Tej, Zel; FA: Glu, Tej, Toj, Szó, Mus) Főtt burgonya.				Húsgombóc leves (A: Glu, Toj, Szó, Zel; FA: Tej) Káposztás kocka (A: Glu, Toj)				Brokkoli krémleves (A: Glu, Tej) Göngyölt sertéshús. (A: Glu, Toj, Szó) Burgonyapüré. (A: Tej; FA: Tej)				Lebbencsleves (A: Glu, Toj) Rakott karfiol kölessel (A: Tej) Gyümölcs				Bazsalikomos paradicsomleves. (A: Glu, Toj, Zel; FA: Glu, Tej, Toj, Szó, Mus) Halfilé magvas bundában (A: Glu, Toj, Szó, Hal; FA: Tej) Párolt rizs Ezersziget öntet (A: Tej, Toj, Mus)			
	E:	724	F:	28,6	E:	617	F:	21,7	E:	817	F:	37,3	E:	596	F:	27,6	E:	1.068	F:	34,9
	Zs:	26,3	Sz:	89,5	Zs:	20,0	Sz:	82,7	Zs:	31,1	Sz:	93,3	Zs:	27,0	Sz:	53,0	Zs:	49,3	Sz:	116,7
	Tzs:	0,4	C:	14,0	Tzs:	0,0	C:	6,5	Tzs:	0,0	C:	1,7	Tzs:	0,0	C:	0,4	Tzs:	0,0	C:	11,3
S:	3,22	Ca:	134	S:	3,59	Ca:	83	S:	4,15	Ca:	250	S:	3,00	Ca:	147	S:	6,09	Ca:	115	
Uzsonna	Sajtkrém (A: Tej) Graham kenyér (A: Glu, Szó) Paradicsom				Gépsonka. (FA: Szó) Graham kenyér (A: Glu, Szó) Margarin. (FA: Tej) Zöldhagyma				Padlizsánkrém, fokhagymával, majonézzel (A: Mus; FA: Tej) Graham kenyér (A: Glu, Szó)				Müzli (A: Glu, Tej, Szó, FMo, Dió; FA: Sze) Tejital (ízestett) (A: Tej)				Gyümölcs			
	E:	200	F:	6,4	E:	279	F:	12,4	E:	195	F:	5,8	E:	216	F:	7,7	E:	0	F:	0,0
	Zs:	3,9	Sz:	29,8	Zs:	11,3	Sz:	27,5	Zs:	4,4	Sz:	28,9	Zs:	3,7	Sz:	37,6	Zs:	0,0	Sz:	0,0
	Tzs:	0,3	C:	0,3	Tzs:	0,3	C:	0,3	Tzs:	0,3	C:	0,3	Tzs:	2,3	C:	8,5	Tzs:	0,0	C:	0,0
S:	1,19	Ca:	83	S:	1,81	Ca:	24	S:	1,45	Ca:	21	S:	0,23	Ca:	0	S:	0,00	Ca:	0	

E: energia (kcal), Teljes tápanyagtartalom: F: fehérje (g), Zs: zsír (g), Tzs: telített zsírsavak (g),
Sz: szénhidrát (g), C: cukor (g), S: só (g), Ca: kalcium (mg).

Allergének jelölései: Glu: glutén; Tej: tejtermék (laktóz); Toj: tojás; Szó: szója; FMo: földimogyoró; Dió: diófélék; Hal: hal; Kén: kén-dioxid...

.....
élelmezésvezető