

	2019.03.18. hétfő	2019.03.19. kedd	2019.03.20. szerda	2019.03.21. csütörtök	2019.03.22. péntek	2019.03.23. szombat
<b>Ebéd</b>	Zöldségleves Sertés sült Paradicsomos káposztafőzelék Kenyér Mir.maffin	Krémleves,Knor Sárgarépás csirkemáj Pároltrizs Cékla sav.	Rántott leves Rakott karfiol Kenyér	Csontleves Mustáros szelet Tésztaköret	Tejbegriz Brassói apropecsenye Burgonya főtt Alma paprika	
	En: 3371 kj /803 kc; Fehérje: 52,5 gr Szh.: 97,4 gr; Cuk:0gr; Só:8,4 gr Zsír:29,8 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Zeller	En: 3585 kj /854 kc; Fehérje: 37,1 gr Szh.: 134,8 gr; Cuk:0,1gr; Só:6,4 gr Zsír:24,8 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Zeller	En: 3810 kj /907 kc; Fehérje: 29,2 gr Szh.: 141,5 gr; Cuk:0gr; Só:5,9 gr Zsír:33,8 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Tej	En: 4435 kj /1056 kc; Fehérje: 63,5 gr Szh.: 115,3 gr; Cuk:0,6gr; Só:6,3 gr Zsír:53,3 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	En: 3832 kj /912 kc; Fehérje: 29,1 gr Szh.: 153,5 gr; Cuk:0,1gr; Só:4,5 gr Zsír:35,1 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr  Glutén, Tej	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3371 kj /803 kc; Fehérje:52,5 gr Szh.: 97,4 gr; Cuk:0gr; Só:8,4 gr Zsír:29,8 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr	En: 3585 kj /854 kc; Fehérje:37,1 gr Szh.: 134,8 gr; Cuk:0,1gr; Só:6,4 gr Zsír:24,8 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr	En: 3810 kj /907 kc; Fehérje:29,2 gr Szh.: 141,5 gr; Cuk:0gr; Só:5,9 gr Zsír:33,8 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr	En: 4435 kj /1056 kc; Fehérje:63,5 gr Szh.: 115,3 gr; Cuk:0,6gr; Só:6,3 gr Zsír:53,3 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr	En: 3832 kj /912 kc; Fehérje:29,1 gr Szh.: 153,5 gr; Cuk:0,1gr; Só:4,5 gr Zsír:35,1 gr; Tzs:0 gr; Kalc:0 gr	