

Étkezés / Menü	Hétfő 03.20	Kedd 03.21	Szerda 03.22	Csütörtök 03.23	Péntek 03.24
ebéd / SHM	Csirkepecsinált leves (1:3;6;7;9;10;12;13.) Melett főtt tészta (1:3.) Melett tészta (1:3.)	Zöldeséges tarhonyaleves (1:3;9;10;12.) Főtt tojás (3.) Finomfőzelék (1;7;12.)	Húsleves tésztaival (1:3;8;9;10;12.) Paradicsommártás (1;9;12.) Főtt burgonya fél adag (12.) Fűszeres sült csirkemellfilé (1:3;6;7;9;10;12;13.)	Aprópecsenye paradipüre nélküli (1;10;12.) Brokkolikrémléves (1:3;6;7;9;10;12;13.) Kuszkusz* (1:3;5;6;7;9;10;12;13.)	Fahéjas almaleves (1:3;5;6;7;8;10;12.) Mexikói csirke tokány (1;9;10;12.) Párolt rizs (10;12.)
	energia 4132,52 kJ; energia 988,642 kcal; fehérje 35,72 g; szénhidrát 143,496 g; zsír 29,595 g; telített zsírsav 3,373 g; élelmi rost 10,122 g; só 2,558 g; koleszterin 39,06 mg.	energia 1819,49 kJ; energia 434,78 kcal; fehérje 20,934 g; szénhidrát 47,292 g; zsír 17,158 g; telített zsírsav 3,469 g; élelmi rost 10,547 g; só 2,102 g; koleszterin 27,3283 mg; hozzáadott cukor 1,409 g.	energia 2481,23 kJ; energia 593,604 kcal; fehérje 30,147 g; szénhidrát 80,807 g; zsír 15,956 g; telített zsírsav 1,956 g; élelmi rost 8,784 g; só 3,292 g; koleszterin 50,4 mg; hozzáadott cukor 20,996 g.	energia 2416,02 kJ; energia 577,989 kcal; fehérje 26,633 g; szénhidrát 57,399 g; zsír 26,035 g; telített zsírsav 6,203 g; élelmi rost 5,942 g; só 2,582 g; koleszterin 71,489 mg.	energia 2905,41 kJ; energia 695,081 kcal; fehérje 24,587 g; szénhidrát 101,463 g; zsír 20,667 g; telített zsírsav 5,178 g; élelmi rost 6,276 g; só 2,229 g; koleszterin 68,25 mg; hozzáadott cukor 14,695 g.

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Ráktételék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhalestűk