

2026. 03. 16.				2026. 03. 17.			2026. 03. 18.			2026. 03. 19.			2026. 03. 20.		
Ebéd	Daragaluskaleves			Gyümölcsleves			Nyírségi raguleves			Tárkonyos zöldségleves			Zöldborsóleves májgaluskával		
	Ropogós csirkecombfilé			Sajttal töltött sertéskaraj rántva			Rakott kelkáposzta			Tökfőzelék			Fűszeres sertésfalatok		
	Burgonyapüré			Párolt basmati rizs						Csirkepörkölt			Petrezselymes burgonya		
	Mandarin			Majonézes kukoricasaláta									Céklasaláta		
	energia: 625 Kcal	fehérje: 41 g	zsír / telített zs.: 16 g / 3,2 g	energia: 593 Kcal	fehérje: 31 g	zsír / telített zs.: 20 g / 4,6 g	energia: 423 Kcal	fehérje: 28 g	zsír / telített zs.: 18 g / 3,7 g	energia: 399 Kcal	fehérje: 32 g	zsír / telített zs.: 18 g / 3 g	energia: 509 Kcal	fehérje: 31 g	zsír / telített zs.: 16 g / 4,2 g
	szénhidrát: 78 g	cukor: 11 g	só: 3,5 g	szénhidrát: 70 g	cukor: 11 g	só: 2,8 g	szénhidrát: 37 g	cukor: 4 g	só: 1,8 g	szénhidrát: 26 g	cukor: 5 g	só: 2,5 g	szénhidrát: 59 g	cukor: 12 g	só: 2,4 g
	Allergén: zeller; tojás Feltételezhető:			Allergén: mustár; tojás Feltételezhető:			Allergén: zeller; tojás Feltételezhető:			Allergén: Feltételezhető:			Allergén: tojás; Feltételezhető:		