1.HÉT WALDORF ISKOLA	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
	Zellerkrémleves pirított hagyma ,Ázsiai zöldséges currys tészta	Vegyes gyümölcsleves Paprikás krumpli kolbásszal , vinslivel	Kertész leves tésztával Rakott karfiol /darálthússal/	Lencseleves kolbásszal Mézes-mustáros húsos ragu rizzsel	Gulyás leves Szilvás gombóc porcukorral
	Energia 576 kcal Fehérje:35,6g Zsír:15,3g Szénhidrát: 52,8g Allergének:1,3,7 Vegetáriánus: Zellerkrémleves pirított hagyma Ázsiai zöldséges currys tészta	Energia 661 kcal Fehérje: 24,2g Zsír: 34,6g Szénhidrát: 62,4 g Allergének:1,7,9 Vegetáriánus: Vegyes gyümölcsleves Paprikás burgonya savanyúság	Energia 775kcal Fehérje: 15,7g Zsír: 23,7g Szénhidrát 55,1: Allergének1,3,7 10 Kertész levese Vegetáriánus : Kertész levese tésztával Rántott karfiol burgonya püré	Energia 565 kcal Fehérje: 19,1g Zsír: 14,1g Szénhidrát: 64,4g Allergének: 1,3,7,9 Vegetáriánus: Lencseleves vegán vinsli Mustáros zöldségragu rizzsel	Energia 834 kcal Fehérje: 39,2g Zsír: 35,7g Szénhidrát: 88g Allergének: 1,3,7,9 Vegetáriánus: Hamis gulyásleves sok zöldséggel Szilvás gombóc porcukorral
	1.Glutént tartalmazó gabonák 2.Rákfélék	8.Diófélék 9.Zeller			