

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	GYÜMÖLCS TEA  <b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	VANÍLIÁS TEJ  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.50 GRAMM, SÓ: 0.20 GRAMM, CALCIUM: 171.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 12.25 GRAMM, ZSÍR: 2.27 GRAMM, ENERGIA: 92.60 KCAL, FEHÉRJE: 5.11 GRAMM <b>Allergének:</b> FÖLDIMOGYORÓ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TROPUSI TEA  <b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	MEGGYES TEA  <b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	FEKETERIBIZLIS TEA  <b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
	CSEMEGE SZALÁMI, TEAVAJAS TK KENYÉR  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 5.56 GRAMM, CUKOR: 0.01 GRAMM, SÓ: 1.48 GRAMM, CALCIUM: 21.64 MG, SZÉNHIDRÁT: 22.43 GRAMM, ZSÍR: 18.98 GRAMM, ENERGIA: 290.10 KCAL, FEHÉRJE: 7.05 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TK BRIÓS  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 2.20 GRAMM, CUKOR: 7.40 GRAMM, SÓ: 0.51 GRAMM, ROST: 2.30 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 43.00 GRAMM, ZSÍR: 5.20 GRAMM, ENERGIA: 247.00 KCAL, FEHÉRJE: 5.50 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TONHALKRÉMES TK KENYÉR, UBORKA  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 3.35 GRAMM, CUKOR: 0.14 GRAMM, SÓ: 1.03 GRAMM, CALCIUM: 24.66 MG, SZÉNHIDRÁT: 33.49 GRAMM, ZSÍR: 8.87 GRAMM, ENERGIA: 243.02 KCAL, FEHÉRJE: 5.76 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	KENŐMÁJAS,TK KENYÉR,PARADICSOM  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 8.10 GRAMM, SÓ: 0.81 GRAMM, CALCIUM: 24.30 MG, SZÉNHIDRÁT: 29.01 GRAMM, ZSÍR: 9.64 GRAMM, ENERGIA: 248.30 KCAL, FEHÉRJE: 9.47 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	FRANCIA PIRÍTÓS  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 6.60 GRAMM, CUKOR: 3.64 GRAMM, SÓ: 0.80 GRAMM, CALCIUM: 8.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 21.10 GRAMM, ZSÍR: 14.29 GRAMM, ENERGIA: 224.20 KCAL, FEHÉRJE: 2.98 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	PIRÍTOTT TÉSztALEVES  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.85 GRAMM, CUKOR: 0.11 GRAMM, SÓ: 0.12 GRAMM, CALCIUM: 6.42 MG, SZÉNHIDRÁT: 13.95 GRAMM, ZSÍR: 4.09 GRAMM, ENERGIA: 106.75 KCAL, FEHÉRJE: 2.06 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	ALMALEVES  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 4.75 GRAMM, CUKOR: 10.97 GRAMM, SÓ: 0.04 GRAMM, CALCIUM: 62.01 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.06 GRAMM, ZSÍR: 7.51 GRAMM, ENERGIA: 170.95 KCAL, FEHÉRJE: 2.28 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	HAGYMAKRÉMLEVES PÓRÉKARIKÁKKAL  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.07 GRAMM, SÓ: 0.08 GRAMM, CALCIUM: 118.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 14.27 GRAMM, ZSÍR: 6.11 GRAMM, ENERGIA: 144.50 KCAL, FEHÉRJE: 4.67 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	KÖMÉNYMAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKÁKKAL  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 2.25 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 9.72 MG, SZÉNHIDRÁT: 15.75 GRAMM, ZSÍR: 11.07 GRAMM, ENERGIA: 175.21 KCAL, FEHÉRJE: 2.67 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	BABGULYÁS  <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.73 GRAMM, SÓ: 0.26 GRAMM, CALCIUM: 82.59 MG, SZÉNHIDRÁT: 34.75 GRAMM, ZSÍR: 11.48 GRAMM, ENERGIA: 330.66 KCAL, FEHÉRJE: 20.45 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS EBÉD  
MÁSODIK

VADAS CSIRKERAGU  
SPAGETTIVEL,ALMA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.79 GRAMM, CUKOR: 5.30 GRAMM, SÓ: 0.64 GRAMM, CALCIUM: 121.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 77.55 GRAMM, ZSÍR: 20.07 GRAMM, ENERGIA: 646.13 KCAL, FEHÉRJE: 37.65 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

RÁNTOTT CSIRKEMELL,  
BURGONYAPÜRÉ, CÉKLA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 5.40 GRAMM, CUKOR: 3.98 GRAMM, SÓ: 0.49 GRAMM, CALCIUM: 74.90 MG, SZÉNHIDRÁT: 52.63 GRAMM, ZSÍR: 16.81 GRAMM, ENERGIA: 493.80 KCAL, FEHÉRJE: 28.70 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

LECSÓS KARAJ, PÁROLT  
RIZS,BANÁN

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 0.83 GRAMM, SÓ: 0.75 GRAMM, CALCIUM: 49.88 MG, SZÉNHIDRÁT: 58.55 GRAMM, ZSÍR: 16.42 GRAMM, ENERGIA: 500.39 KCAL, FEHÉRJE: 26.75 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

GYROS,TZATZIKI ÖNTETTEL  
RÖSZTI BURGONYÁVAL

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 4.52 GRAMM, CUKOR: 1.20 GRAMM, SÓ: 1.30 GRAMM, CALCIUM: 46.67 MG, ROST: 2.50 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 27.73 GRAMM, ZSÍR: 46.70 GRAMM, ENERGIA: 554.80 KCAL, FEHÉRJE: 15.69 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TEJBEGRÍZ KAKAÓ  
SZŐRATTAL,NARANCS

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 2.07 GRAMM, CUKOR: 14.98 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 380.50 MG, SZÉNHIDRÁT: 67.19 GRAMM, ZSÍR: 3.83 GRAMM, ENERGIA: 354.61 KCAL, FEHÉRJE: 11.27 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

POHARAS TEJ

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 3.80 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 240.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 9.40 GRAMM, ZSÍR: 5.60 GRAMM, ENERGIA: 112.00 KCAL, FEHÉRJE: 6.00 GRAMM

**Allergének:**

TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TÚRÓ RUDI

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 4.50 GRAMM, CUKOR: 11.00 GRAMM, SÓ: 0.02 GRAMM, CALCIUM: 50.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 12.00 GRAMM, ZSÍR: 5.30 GRAMM, ENERGIA: 107.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.90 GRAMM

**Allergének:**

SZŐJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

KAKAÓS KIFLI

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.15 GRAMM, CUKOR: 2.50 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, ROST: 1.00 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 20.50 GRAMM, ZSÍR: 2.25 GRAMM, ENERGIA: 116.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.80 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TK LEVELS SAJTOS, ALMA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 8.70 GRAMM, CUKOR: 0.49 GRAMM, SÓ: 0.87 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 1.46 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.23 GRAMM, ZSÍR: 18.30 GRAMM, ENERGIA: 271.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.49 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZEZÁMMAG ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TK KUKORICÁS POGÁCSA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.69 GRAMM, ROST: 0.50 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 20.00 GRAMM, ZSÍR: 3.40 GRAMM, ENERGIA: 120.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.80 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TÚRÓ KOCKA,ALMA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 0.50 GRAMM, SÓ: 0.61 GRAMM, CALCIUM: 66.18 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 19.80 GRAMM, ZSÍR: 0.95 GRAMM, ENERGIA: 100.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.65 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

RETRO HAMBURGER

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 3.04 GRAMM, CUKOR: 10.16 GRAMM, SÓ: 1.35 GRAMM, CALCIUM: 14.50 MG, ROST: 0.14 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 62.20 GRAMM, ZSÍR: 6.79 GRAMM, ENERGIA: 363.53 KCAL, FEHÉRJE: 12.89 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS  
UZSONNA  
ITAL

ALSÓS  
UZSONNA

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek