

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	TEJESKAVÉ	MEGGYES TEA	FORRALT TEJ	TRÓPUSI TEA	GYÜMÖLCS TEA
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.00 GRAMM, CUKOR: 4.00 GRAMM, SÓ: 0.13 GRAMM, CALCIUM: 114.02 MG, SZÉNHIDRÁT: 9.30 GRAMM, ZSÍR: 1.50 GRAMM, ENERGIA: 66.08 KCAL, FEHÉRJE: 3.40 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.00 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 228.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 10.60 GRAMM, ZSÍR: 3.00 GRAMM, ENERGIA: 100.00 KCAL, FEHÉRJE: 6.80 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
ALSÓS TÍZÓRAI	LEKVÁROS KIFLI	ZALA FELVÁGOTT, SAJTOS SZENDVICSKRÉMES TK ZSEMLE	SONKAKRÉMES FÉLBARNA KENYÉR	ZSEMLE FÜSTÖLT EIDAMI SAJTTAL, PARADICSOM	HÁZI TÚRÓKRÉM MÁRVÁNYOS KALÁCCSAL
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.30 GRAMM, CUKOR: 5.10 GRAMM, SÓ: 0.52 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 41.00 GRAMM, ZSÍR: 4.50 GRAMM, ENERGIA: 234.00 KCAL, FEHÉRJE: 5.60 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.54 GRAMM, CUKOR: 0.57 GRAMM, SÓ: 1.42 GRAMM, CALCIUM: 148.80 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.32 GRAMM, ZSÍR: 19.00 GRAMM, ENERGIA: 320.10 KCAL, FEHÉRJE: 15.50 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.87 GRAMM, CUKOR: 0.65 GRAMM, SÓ: 0.97 GRAMM, CALCIUM: 10.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 21.93 GRAMM, ZSÍR: 6.75 GRAMM, ENERGIA: 193.40 KCAL, FEHÉRJE: 6.35 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.47 GRAMM, CUKOR: 0.48 GRAMM, SÓ: 0.97 GRAMM, CALCIUM: 17.55 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.78 GRAMM, ZSÍR: 9.96 GRAMM, ENERGIA: 217.90 KCAL, FEHÉRJE: 8.55 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 7.00 GRAMM, CUKOR: 7.25 GRAMM, SÓ: 0.43 GRAMM, CALCIUM: 63.02 MG, ROST: 0.75 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 31.98 GRAMM, ZSÍR: 12.10 GRAMM, ENERGIA: 275.45 KCAL, FEHÉRJE: 8.36 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	RESZELT TÉSZTALEVES	TAVASZI ZÖLDSÉGLEVES	MEGGYLEVES	LEGÉNYFOGÓ LEVES	ZÖLDBORSÓ LEVES
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.75 GRAMM, CUKOR: 0.11 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 140.60 MG, SZÉNHIDRÁT: 19.85 GRAMM, ZSÍR: 6.75 GRAMM, ENERGIA: 159.26 KCAL, FEHÉRJE: 4.58 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.80 GRAMM, SÓ: 0.08 GRAMM, CALCIUM: 53.86 MG, SZÉNHIDRÁT: 19.44 GRAMM, ZSÍR: 5.90 GRAMM, ENERGIA: 155.79 KCAL, FEHÉRJE: 6.07 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.31 GRAMM, CUKOR: 14.98 GRAMM, SÓ: 0.06 GRAMM, CALCIUM: 64.76 MG, SZÉNHIDRÁT: 36.91 GRAMM, ZSÍR: 1.10 GRAMM, ENERGIA: 176.90 KCAL, FEHÉRJE: 3.51 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.96 GRAMM, SÓ: 0.40 GRAMM, CALCIUM: 139.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 48.39 GRAMM, ZSÍR: 5.55 GRAMM, ENERGIA: 384.22 KCAL, FEHÉRJE: 33.77 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.71 GRAMM, SÓ: 0.13 GRAMM, CALCIUM: 40.48 MG, SZÉNHIDRÁT: 13.89 GRAMM, ZSÍR: 6.86 GRAMM, ENERGIA: 139.77 KCAL, FEHÉRJE: 5.17 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD MÁSODIK	BAKONYI CSIRKE TOKÁNY, PÁROLT RIZS,NEKTARIN	BURGONYAFŐZELÉK, SERTÉSPÖRKÖLT,SZŐLŐ	RÁNTOTT HAL,BURGONYAPÜRÉ, CÉKLA,	NUDLI VANÍLIA ÖNTETTEL,ALMA	MILÁNÓI MAKARÓNI, NEKTARIN
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.83 GRAMM, SÓ: 0.68 GRAMM, CALCIUM: 103.46 MG, SZÉNHIDRÁT: 61.78 GRAMM, ZSÍR: 14.52 GRAMM, ENERGIA: 486.21 KCAL, FEHÉRJE: 25.16 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.63 GRAMM, CUKOR: 6.55 GRAMM, SÓ: 0.28 GRAMM, CALCIUM: 98.95 MG, SZÉNHIDRÁT: 65.76 GRAMM, ZSÍR: 18.52 GRAMM, ENERGIA: 536.02 KCAL, FEHÉRJE: 22.53 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.46 GRAMM, CUKOR: 7.93 GRAMM, SÓ: 0.14 GRAMM, CALCIUM: 116.40 MG, SZÉNHIDRÁT: 48.76 GRAMM, ZSÍR: 23.70 GRAMM, ENERGIA: 523.28 KCAL, FEHÉRJE: 24.65 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.83 GRAMM, CUKOR: 25.89 GRAMM, SÓ: 0.41 GRAMM, CALCIUM: 176.77 MG, SZÉNHIDRÁT: 56.01 GRAMM, ZSÍR: 22.78 GRAMM, ENERGIA: 460.04 KCAL, FEHÉRJE: 6.54 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.83 GRAMM, CUKOR: 4.51 GRAMM, SÓ: 0.57 GRAMM, CALCIUM: 249.33 MG, SZÉNHIDRÁT: 76.11 GRAMM, ZSÍR: 12.67 GRAMM, ENERGIA: 542.76 KCAL, FEHÉRJE: 29.66 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS UZSONNA ITAL				GYÜMÖCSJOGHURT	POHARAS KAKAÓ
				Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.00 GRAMM, CUKOR: 0.75 GRAMM, SÓ: 0.15 GRAMM, CALCIUM: 360.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 20.70 GRAMM, ZSÍR: 3.90 GRAMM, ENERGIA: 150.00 KCAL, FEHÉRJE: 5.40 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.80 GRAMM, CUKOR: 22.00 GRAMM, SÓ: 0.20 GRAMM, CALCIUM: 240.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 22.00 GRAMM, ZSÍR: 5.60 GRAMM, ENERGIA: 162.00 KCAL, FEHÉRJE: 5.60 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS UZSONNA	FEJEDELEM SONKA,TEAVAJAS TK KENYÉR, UBORKA	PIZZA SZELET	CSEMEGE SZALÁMI,MARGARINOS TK DIÁKRÚD, SÁRGARÉPA RÚD	CSAVART KIFLI	TK SAJTOS CROISSANT
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 10.96 GRAMM, CUKOR: 0.33 GRAMM, SÓ: 1.33 GRAMM, CALCIUM: 26.60 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.47 GRAMM, ZSÍR: 19.12 GRAMM, ENERGIA: 334.08 KCAL, FEHÉRJE: 10.88 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.20 GRAMM, CUKOR: 2.15 GRAMM, SÓ: 0.24 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 16.50 GRAMM, ZSÍR: 6.00 GRAMM, ENERGIA: 134.00 KCAL, FEHÉRJE: 3.00 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.08 GRAMM, CUKOR: 1.01 GRAMM, SÓ: 1.69 GRAMM, CALCIUM: 34.70 MG, ROST: 2.38 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 28.89 GRAMM, ZSÍR: 18.20 GRAMM, ENERGIA: 315.32 KCAL, FEHÉRJE: 9.61 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.00 GRAMM, CUKOR: 0.15 GRAMM, SÓ: 0.40 GRAMM, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 16.00 GRAMM, ZSÍR: 1.70 GRAMM, ENERGIA: 77.50 KCAL, FEHÉRJE: 2.25 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.10 GRAMM, CUKOR: 3.10 GRAMM, SÓ: 0.16 GRAMM, ROST: 0.75 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 15.00 GRAMM, ZSÍR: 5.00 GRAMM, ENERGIA: 109.50 KCAL, FEHÉRJE: 1.65 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek					