

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	TROPUSI TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TEJESKÁVÉ 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	GYÜMÖLCS TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TEJ 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	KAKAO Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.01 GRAMM, CUKOR: 3.00 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 228.12 MG, SZÉNHIDRÁT: 13.61 GRAMM, ZSÍR: 3.01 GRAMM, ENERGIA: 112.37 KCAL, FEHÉRJE: 6.82 GRAMM Allergének: SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS TÍZÓRAI	PROVANCE MELEGSZENDVICS SAJTVAL SÜTVE Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.52 GRAMM, CUKOR: 0.15 GRAMM, SÓ: 0.67 GRAMM, CALCIUM: 68.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 16.45 GRAMM, ZSÍR: 3.28 GRAMM, ENERGIA: 120.34 KCAL, FEHÉRJE: 5.19 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	FŐTT TOJÁS, MARGARINOS TK KENYÉR Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.02 GRAMM, CUKOR: 0.05 GRAMM, SÓ: 0.70 GRAMM, CALCIUM: 30.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 20.80 GRAMM, ZSÍR: 10.29 GRAMM, ENERGIA: 220.50 KCAL, FEHÉRJE: 10.00 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	HOT DOG Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.78 GRAMM, CUKOR: 3.53 GRAMM, SÓ: 1.08 GRAMM, CALCIUM: 0.00 MG, ROST: 2.38 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 27.40 GRAMM, ZSÍR: 5.43 GRAMM, ENERGIA: 188.02 KCAL, FEHÉRJE: 6.80 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	GABONAPEHELY Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.14 GRAMM, CUKOR: 5.60 GRAMM, SÓ: 0.02 GRAMM, ROST: 1.42 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 14.60 GRAMM, ZSÍR: 0.64 GRAMM, ENERGIA: 62.00 KCAL, FEHÉRJE: 1.76 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	ZALA FELVÁGOTT ,TEAVAJAS TK ZSEMLE,PARADICSOM Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 7.34 GRAMM, CUKOR: 0.46 GRAMM, SÓ: 0.62 GRAMM, CALCIUM: 21.00 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.15 GRAMM, ZSÍR: 14.26 GRAMM, ENERGIA: 248.10 KCAL, FEHÉRJE: 7.68 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	HORTOBÁGYI LEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.86 GRAMM, SÓ: 0.30 GRAMM, CALCIUM: 128.37 MG, SZÉNHIDRÁT: 32.96 GRAMM, ZSÍR: 15.16 GRAMM, ENERGIA: 341.50 KCAL, FEHÉRJE: 16.16 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TARHONYALEVES Tápanyagok: 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 Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	KARALÁBÉ LEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.92 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 179.97 MG, SZÉNHIDRÁT: 24.93 GRAMM, ZSÍR: 8.91 GRAMM, ENERGIA: 205.73 KCAL, FEHÉRJE: 5.91 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MARHA HÚSLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.38 GRAMM, SÓ: 0.18 GRAMM, CALCIUM: 77.96 MG, SZÉNHIDRÁT: 13.66 GRAMM, ZSÍR: 3.42 GRAMM, ENERGIA: 102.15 KCAL, FEHÉRJE: 4.00 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	HAMIS GULYÁSLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.52 GRAMM, SÓ: 0.05 GRAMM, CALCIUM: 36.19 MG, SZÉNHIDRÁT: 16.09 GRAMM, ZSÍR: 2.61 GRAMM, ENERGIA: 104.08 KCAL, FEHÉRJE: 3.24 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	TÚRÓS CSUSZA,ALMA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.32 GRAMM, SÓ: 0.19 GRAMM, CALCIUM: 148.25 MG, SZÉNHIDRÁT: 63.92 GRAMM, ZSÍR: 20.62 GRAMM, ENERGIA: 515.40 KCAL, FEHÉRJE: 16.87 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	CSIRKECSÍKOK SAJTSZÓSSZAL, PÁROLT RIZS,BANÁN Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.06 GRAMM, CUKOR: 0.03 GRAMM, SÓ: 1.35 GRAMM, CALCIUM: 319.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 66.36 GRAMM, ZSÍR: 19.72 GRAMM, ENERGIA: 621.25 KCAL, FEHÉRJE: 41.42 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	RAKOTT BURGONYA,SZŐLŐ Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.87 GRAMM, SÓ: 0.71 GRAMM, CALCIUM: 80.20 MG, SZÉNHIDRÁT: 67.11 GRAMM, ZSÍR: 19.90 GRAMM, ENERGIA: 513.02 KCAL, FEHÉRJE: 11.93 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	PÁROLT MARHA,MEGGYSZÓSZ,PIRÍTOTT DARA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.18 GRAMM, CUKOR: 19.98 GRAMM, SÓ: 1.15 GRAMM, CALCIUM: 139.88 MG, SZÉNHIDRÁT: 83.15 GRAMM, ZSÍR: 14.32 GRAMM, ENERGIA: 571.92 KCAL, FEHÉRJE: 25.21 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TÖKFŐZELEK, TEPSIBEN SÜLT VAGDALT,ALMA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.18 GRAMM, CUKOR: 6.99 GRAMM, SÓ: 0.58 GRAMM, CALCIUM: 183.27 MG, SZÉNHIDRÁT: 40.69 GRAMM, ZSÍR: 27.87 GRAMM, ENERGIA: 540.86 KCAL, FEHÉRJE: 29.30 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
	TK FEHÉRCSOKIS CSIGA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.20 GRAMM, CUKOR: 23.00 GRAMM, SÓ: 0.54 GRAMM, ROST: 1.40 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 52.00 GRAMM, ZSÍR: 7.80 GRAMM, ENERGIA: 292.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.50 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TEAVAJAS MINI KALÁCS, ALMA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 11.54 GRAMM, CUKOR: 2.76 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 15.30 MG, ROST: 0.44 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 29.65 GRAMM, ZSÍR: 18.88 GRAMM, ENERGIA: 306.00 KCAL, FEHÉRJE: 3.65 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MARHA PÁRIZSI,VAJKRÉMES TK KENYÉR,KALIF.PAPRIKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.64 GRAMM, CUKOR: 0.64 GRAMM, SÓ: 1.07 GRAMM, CALCIUM: 20.30 MG, SZÉNHIDRÁT: 30.46 GRAMM, ZSÍR: 12.58 GRAMM, ENERGIA: 302.55 KCAL, FEHÉRJE: 10.80 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TK VAJAS POGÁCSA, BANÁN Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.69 GRAMM, CALCIUM: 7.50 MG, SZÉNHIDRÁT: 76.30 GRAMM, ZSÍR: 3.55 GRAMM, ENERGIA: 277.50 KCAL, FEHÉRJE: 4.75 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	HELYBEN SÜTÖTT ÍZES FÁNK Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 4.12 GRAMM, CUKOR: 17.94 GRAMM, SÓ: 0.39 GRAMM, CALCIUM: 22.10 MG, ROST: 0.77 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 33.15 GRAMM, ZSÍR: 15.90 GRAMM, ENERGIA: 289.00 KCAL, FEHÉRJE: 5.02 GRAMM Allergének: FÖLDIMOGYORÓ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS UZSONNA					
Hétfő		Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek