

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	EPRES TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	CSERESZNYÉS TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	CITROMOS TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	KARAMELLÁS TEJ Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.00 GRAMM, CUKOR: 19.98 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 228.12 MG, SZÉNHIDRÁT: 30.58 GRAMM, ZSÍR: 3.00 GRAMM, ENERGIA: 180.40 KCAL, FEHÉRJE: 6.80 GRAMM	ERDEI GYÜMÖLCSTEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
ALSÓS TÍZÓRAI	PÁRIZSIKRÉMES TK KENYÉR, UBORKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.87 GRAMM, CUKOR: 0.60 GRAMM, SÓ: 1.21 GRAMM, CALCIUM: 21.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 29.20 GRAMM, ZSÍR: 7.74 GRAMM, ENERGIA: 241.78 KCAL, FEHÉRJE: 7.80 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	SAJTKRÉMES SZALÁMIS TK KENYÉR, KALIFORNIAI PAPRIKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.38 GRAMM, CUKOR: 0.40 GRAMM, SÓ: 1.58 GRAMM, CALCIUM: 22.49 MG, SZÉNHIDRÁT: 19.73 GRAMM, ZSÍR: 12.27 GRAMM, ENERGIA: 226.35 KCAL, FEHÉRJE: 9.00 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TONHALKRÉMES TK KENYÉR,PARADICSOM Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.95 GRAMM, CUKOR: 0.14 GRAMM, SÓ: 1.22 GRAMM, CALCIUM: 28.42 MG, SZÉNHIDRÁT: 40.37 GRAMM, ZSÍR: 4.18 GRAMM, ENERGIA: 235.44 KCAL, FEHÉRJE: 6.66 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	PULYKAMELL SONKA,MARGARINOS FÉLB.KENYÉR,SÁRGARÉPA RUDACSKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.60 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.93 GRAMM, CALCIUM: 29.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 16.95 GRAMM, ZSÍR: 4.11 GRAMM, ENERGIA: 140.50 KCAL, FEHÉRJE: 8.55 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	HOT DOG Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.75 GRAMM, CUKOR: 2.75 GRAMM, SÓ: 1.47 GRAMM, CALCIUM: 0.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 26.12 GRAMM, ZSÍR: 7.85 GRAMM, ENERGIA: 211.54 KCAL, FEHÉRJE: 9.56 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	JÓKAI BABLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.83 GRAMM, CUKOR: 0.01 GRAMM, SÓ: 0.95 GRAMM, CALCIUM: 23.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 5.61 GRAMM, ZSÍR: 10.91 GRAMM, ENERGIA: 176.87 KCAL, FEHÉRJE: 13.33 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MÁJGALUSKA LEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.64 GRAMM, SÓ: 0.22 GRAMM, CALCIUM: 45.69 MG, SZÉNHIDRÁT: 7.06 GRAMM, ZSÍR: 10.14 GRAMM, ENERGIA: 180.66 KCAL, FEHÉRJE: 14.92 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MAGYAROS DARAGALUSKA LEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.29 GRAMM, SÓ: 0.32 GRAMM, CALCIUM: 48.41 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.14 GRAMM, ZSÍR: 3.51 GRAMM, ENERGIA: 116.39 KCAL, FEHÉRJE: 3.79 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	ZELLERKRÉMLEVES GYÖNGGYEL Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.23 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 55.34 MG, SZÉNHIDRÁT: 14.26 GRAMM, ZSÍR: 16.91 GRAMM, ENERGIA: 222.95 KCAL, FEHÉRJE: 2.91 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	GULYÁSLEVES 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

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	ÍZES GRÍZES METÉLT, ALMA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.87 GRAMM, CUKOR: 4.34 GRAMM, SÓ: 0.13 GRAMM, CALCIUM: 29.43 MG, SZÉNHIDRÁT: 82.12 GRAMM, ZSÍR: 5.61 GRAMM, ENERGIA: 428.24 KCAL, FEHÉRJE: 12.12 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	KOLOZSVÁRI KÁPOSZTA,BANÁN Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.80 GRAMM, SÓ: 0.78 GRAMM, CALCIUM: 104.55 MG, SZÉNHIDRÁT: 29.21 GRAMM, ZSÍR: 17.80 GRAMM, ENERGIA: 371.84 KCAL, FEHÉRJE: 20.09 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	PARADICSOMOS HÚSGOMBÓC,KÖRTE Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.64 GRAMM, CUKOR: 15.39 GRAMM, SÓ: 0.28 GRAMM, CALCIUM: 79.19 MG, ROST: 8.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 84.97 GRAMM, ZSÍR: 13.80 GRAMM, ENERGIA: 565.86 KCAL, FEHÉRJE: 22.74 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	CSIRKEPAPRIKÁS,VAJAS PETREZSELYMES BURGONYÁVAL, UBORKA SALÁTA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.19 GRAMM, CUKOR: 2.02 GRAMM, SÓ: 0.98 GRAMM, CALCIUM: 61.72 MG, SZÉNHIDRÁT: 48.34 GRAMM, ZSÍR: 23.11 GRAMM, ENERGIA: 507.48 KCAL, FEHÉRJE: 22.38 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TEJBEGRÍZ,BANÁN Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.07 GRAMM, CUKOR: 14.98 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 361.10 MG, SZÉNHIDRÁT: 75.04 GRAMM, ZSÍR: 3.78 GRAMM, ENERGIA: 386.41 KCAL, FEHÉRJE: 11.62 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS UZSONNA ITAL	GYÜMÖLCS JOGHURT 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	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			
ALSÓS UZSONNA	CSAVART KIFLI 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	KAKAÓS CSIGA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.24 GRAMM, CUKOR: 27.60 GRAMM, SÓ: 0.65 GRAMM, ROST: 0.72 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 62.40 GRAMM, ZSÍR: 9.36 GRAMM, ENERGIA: 350.40 KCAL, FEHÉRJE: 5.40 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MACKÓ SAJT, TK KIFLI Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.66 GRAMM, CUKOR: 1.35 GRAMM, SÓ: 0.93 GRAMM, CALCIUM: 0.08 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.12 GRAMM, ZSÍR: 5.00 GRAMM, ENERGIA: 158.20 KCAL, FEHÉRJE: 5.96 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TK TÖKMAGVAS POGÁCSA,ALMA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.87 GRAMM, CUKOR: 0.32 GRAMM, SÓ: 0.32 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 1.19 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 25.95 GRAMM, ZSÍR: 6.31 GRAMM, ENERGIA: 178.50 KCAL, FEHÉRJE: 4.24 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	PIZZÁS CSIGA 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
Hétfő					
Kedd					
Szerda					
Csütörtök					
Péntek					