

	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	
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 ZSEMLE,KALIFORNIAI PAPRIKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.98 GRAMM, CUKOR: 0.75 GRAMM, SÓ: 1.33 GRAMM, CALCIUM: 13.91 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 24.08 GRAMM, ZSÍR: 13.33 GRAMM, ENERGIA: 256.65 KCAL, FEHÉRJE: 10.58 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TOJÁSKRÉMES TK KENYÉR,PARADICSOM Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 4.08 GRAMM, CUKOR: 0.24 GRAMM, SÓ: 1.05 GRAMM, CALCIUM: 34.16 MG, SZÉNHIDRÁT: 34.81 GRAMM, ZSÍR: 13.13 GRAMM, ENERGIA: 301.95 KCAL, FEHÉRJE: 9.12 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	PULYKAMELL SONKA,MARGARINOS FÉLB.KENYÉR,SÁRGARÉPA RUDACSKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.60 GRAMM, CUKOR: 0.36 GRAMM, SÓ: 1.04 GRAMM, CALCIUM: 31.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 21.05 GRAMM, ZSÍR: 4.17 GRAMM, ENERGIA: 160.40 KCAL, FEHÉRJE: 9.20 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ 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	

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	ÍZES GRÍZES METÉLT, ALMA	ZÖLDBORSÓ FŐZELÉK, HALRUDACSKA,BANÁN	PARADICSOMOS HÚSGOMBÓC,MANDARIN	CSIRKEPAPRIKÁS,VAJAS PETREZSELYMES BURGONYÁVAL, UBORKA SALÁTA	
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.87 GRAMM, CUKOR: 4.34 GRAMM, SÓ: 0.14 GRAMM, CALCIUM: 34.68 MG, SZÉNHIDRÁT: 85.62 GRAMM, ZSÍR: 5.81 GRAMM, ENERGIA: 445.74 KCAL, FEHÉRJE: 12.32 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.98 GRAMM, CUKOR: 0.07 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 181.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 56.74 GRAMM, ZSÍR: 5.39 GRAMM, ENERGIA: 359.81 KCAL, FEHÉRJE: 19.54 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.64 GRAMM, CUKOR: 15.39 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 78.64 MG, SZÉNHIDRÁT: 76.77 GRAMM, ZSÍR: 13.65 GRAMM, ENERGIA: 533.26 KCAL, FEHÉRJE: 22.84 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 4.71 GRAMM, CUKOR: 2.00 GRAMM, SÓ: 0.97 GRAMM, CALCIUM: 65.29 MG, SZÉNHIDRÁT: 56.08 GRAMM, ZSÍR: 25.80 GRAMM, ENERGIA: 569.47 KCAL, FEHÉRJE: 23.15 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	
	GYÜMÖLCS JOGHURT	POHARAS TEJ			
ALSÓS UZSONNA ITAL	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, 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	KAKAÓS CSIGA	MACKÓ SAJT, TK KIFLI	TK TÖKMAGVAS POGÁCSA,ALMA	
	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: 0.24 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	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	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	
Hétfő					
Kedd					
Szerda					
Csütörtök					
Péntek					