

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	GYÜMÖLCSÖS 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	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	TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	HAZI GYÜMÖLCSÖS JOGHURT Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.50 GRAMM, CUKOR: 7.40 GRAMM, SÓ: 0.10 GRAMM, CALCIUM: 120.56 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.44 GRAMM, ZSÍR: 3.00 GRAMM, ENERGIA: 73.09 KCAL, FEHÉRJE: 3.15 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS TÍZÓRAI	FŐTT ROPPANÓS VIRSLI, KETCHUP, TK KENYÉR Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.05 GRAMM, CUKOR: 2.10 GRAMM, SÓ: 1.54 GRAMM, CALCIUM: 8.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 19.75 GRAMM, ZSÍR: 10.27 GRAMM, ENERGIA: 212.10 KCAL, FEHÉRJE: 9.16 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MAGYAROS VAJKRÉMES TK KENYÉR, LILAHAGYMA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.80 GRAMM, CUKOR: 0.52 GRAMM, SÓ: 1.01 GRAMM, CALCIUM: 29.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 32.35 GRAMM, ZSÍR: 5.28 GRAMM, ENERGIA: 227.00 KCAL, FEHÉRJE: 6.40 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	SONKAKRÉMES TK KENYÉR, KALIFORNIAI PAPRIKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.87 GRAMM, CUKOR: 0.60 GRAMM, SÓ: 1.19 GRAMM, CALCIUM: 20.30 MG, SZÉNHIDRÁT: 29.85 GRAMM, ZSÍR: 7.84 GRAMM, ENERGIA: 245.65 KCAL, FEHÉRJE: 7.90 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TEAVAJAS,SÁRGABARACK DZSEMES TK KENYÉR Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 10.28 GRAMM, CUKOR: 10.87 GRAMM, SÓ: 0.49 GRAMM, CALCIUM: 17.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.25 GRAMM, ZSÍR: 16.76 GRAMM, ENERGIA: 277.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.69 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	PACSNÍ Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.00 GRAMM, CUKOR: 9.00 GRAMM, SÓ: 0.60 GRAMM, ROST: 1.20 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 28.10 GRAMM, ZSÍR: 5.00 GRAMM, ENERGIA: 143.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.70 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	TOJÁSLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.70 GRAMM, CUKOR: 2.00 GRAMM, SÓ: 0.04 GRAMM, CALCIUM: 65.38 MG, SZÉNHIDRÁT: 7.28 GRAMM, ZSÍR: 12.70 GRAMM, ENERGIA: 167.90 KCAL, FEHÉRJE: 5.50 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	LEBBENCSELEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.34 GRAMM, SÓ: 0.19 GRAMM, CALCIUM: 16.32 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.22 GRAMM, ZSÍR: 7.47 GRAMM, ENERGIA: 149.34 KCAL, FEHÉRJE: 2.42 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	VEGYES GYÜMÖLCSLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.24 GRAMM, CUKOR: 9.99 GRAMM, SÓ: 0.07 GRAMM, CALCIUM: 194.42 MG, SZÉNHIDRÁT: 30.78 GRAMM, ZSÍR: 9.31 GRAMM, ENERGIA: 219.71 KCAL, FEHÉRJE: 3.45 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ 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	TÁRKONYOS CSIRKE RAGULEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.15 GRAMM, SÓ: 0.17 GRAMM, CALCIUM: 62.75 MG, SZÉNHIDRÁT: 16.75 GRAMM, ZSÍR: 17.40 GRAMM, ENERGIA: 242.88 KCAL, FEHÉRJE: 10.36 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	SERTÉS TOKÁNY BAKONYI MÓDRA, PÁROLT RIZS, NARANCS	PARADICSOMOS KÁPOSZTAFŐZELÉK, TEPSIBEN SÜLT FASÍRT GOLYÓ, ALMA	RÁNTOTT HALFILÉ, BURGONYAPÜRÉ, CÉKLA	SÁRGABORSÓ FŐZELÉK SERTÉS PÖRKÖLT,. BANÁN	MÁKOS LASKA,ALMA
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.87 GRAMM, CUKOR: 0.96 GRAMM, SÓ: 0.91 GRAMM, CALCIUM: 143.93 MG, ROST: 0.07 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 67.04 GRAMM, ZSÍR: 16.43 GRAMM, ENERGIA: 520.69 KCAL, FEHÉRJE: 22.46 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.24 GRAMM, CUKOR: 12.69 GRAMM, SÓ: 0.51 GRAMM, CALCIUM: 90.64 MG, SZÉNHIDRÁT: 29.93 GRAMM, ZSÍR: 20.34 GRAMM, ENERGIA: 446.76 KCAL, FEHÉRJE: 26.84 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.46 GRAMM, CUKOR: 3.98 GRAMM, SÓ: 0.14 GRAMM, CALCIUM: 98.90 MG, SZÉNHIDRÁT: 44.81 GRAMM, ZSÍR: 23.65 GRAMM, ENERGIA: 503.78 KCAL, FEHÉRJE: 24.15 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.02 GRAMM, SÓ: 0.99 GRAMM, CALCIUM: 52.24 MG, SZÉNHIDRÁT: 41.93 GRAMM, ZSÍR: 15.33 GRAMM, ENERGIA: 420.24 KCAL, FEHÉRJE: 26.97 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.17 GRAMM, CUKOR: 1.80 GRAMM, SÓ: 0.15 GRAMM, CALCIUM: 63.91 MG, SZÉNHIDRÁT: 82.93 GRAMM, ZSÍR: 6.06 GRAMM, ENERGIA: 440.69 KCAL, FEHÉRJE: 12.95 GRAMM Allergének: DIÓFELÉK, GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS UZSONNA ITAL				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	GOMOLYA SAJTOS TK ZSEMLE, UBORKA CSÍKOCSKA	MARHA PÁRIZSIS TK DIÁKRÚD, SÁRGARÉPA RUDACSKA	TK CSOKIBEVONATOS CSIGA, ALMA	TK SAJTKRÉMES RÚD	TK ZSEMLE, CSEMEGE SZALÁMI, PRITAMIN PAPRIKA
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.82 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.67 GRAMM, CALCIUM: 7.50 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.69 GRAMM, ZSÍR: 7.37 GRAMM, ENERGIA: 190.38 KCAL, FEHÉRJE: 9.36 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.19 GRAMM, CUKOR: 1.13 GRAMM, SÓ: 0.56 GRAMM, CALCIUM: 23.00 MG, ROST: 2.38 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 28.39 GRAMM, ZSÍR: 12.40 GRAMM, ENERGIA: 261.72 KCAL, FEHÉRJE: 8.61 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.05 GRAMM, CUKOR: 5.75 GRAMM, SÓ: 0.14 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 0.35 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 16.50 GRAMM, ZSÍR: 2.15 GRAMM, ENERGIA: 90.50 KCAL, FEHÉRJE: 1.32 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 12.00 GRAMM, CUKOR: 6.00 GRAMM, SÓ: 1.30 GRAMM, ROST: 1.50 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 26.10 GRAMM, ZSÍR: 12.00 GRAMM, ENERGIA: 231.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.70 GRAMM	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.02 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 1.08 GRAMM, CALCIUM: 13.80 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.84 GRAMM, ZSÍR: 11.95 GRAMM, ENERGIA: 230.05 KCAL, FEHÉRJE: 8.30 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA
Hétfő					
Kedd					
Szerda					
Csütörtök					
Péntek					