

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	FORRALT 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	MEGGYES TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	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	CITROMOS TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
ALSÓS TÍZÓRAI	RESZELT SAJTOS TK KENYÉR,RETEK Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.37 GRAMM, CUKOR: 0.01 GRAMM, SÓ: 0.69 GRAMM, CALCIUM: 82.08 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.48 GRAMM, ZSÍR: 4.99 GRAMM, ENERGIA: 140.56 KCAL, FEHÉRJE: 5.62 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	FŐTT TOJÁS, MARGARINOS TK KENYÉR Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.02 GRAMM, SÓ: 0.92 GRAMM, CALCIUM: 34.30 MG, SZÉNHIDRÁT: 27.22 GRAMM, ZSÍR: 11.23 GRAMM, ENERGIA: 263.00 KCAL, FEHÉRJE: 10.96 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	KENŐMÁJAS, TK KENYÉR, PARADICSOM Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.40 GRAMM, SÓ: 0.96 GRAMM, CALCIUM: 26.16 MG, SZÉNHIDRÁT: 34.36 GRAMM, ZSÍR: 7.12 GRAMM, ENERGIA: 245.10 KCAL, FEHÉRJE: 8.73 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	GABONAPEHELY Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.35 GRAMM, CUKOR: 14.00 GRAMM, SÓ: 0.04 GRAMM, ROST: 3.55 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 36.50 GRAMM, ZSÍR: 1.60 GRAMM, ENERGIA: 155.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.40 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT, MARGARINOS TK KENYÉR, ZÖLD PAPRIKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.58 GRAMM, SÓ: 1.58 GRAMM, CALCIUM: 41.90 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.87 GRAMM, ZSÍR: 7.54 GRAMM, ENERGIA: 227.65 KCAL, FEHÉRJE: 9.33 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	CSONTLEVES TÉSztÁVAL Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.25 GRAMM, SÓ: 0.15 GRAMM, CALCIUM: 28.95 MG, SZÉNHIDRÁT: 32.41 GRAMM, ZSÍR: 0.70 GRAMM, ENERGIA: 171.21 KCAL, FEHÉRJE: 5.74 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	OLASZ ZÖLDSÉGLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.67 GRAMM, CUKOR: 5.23 GRAMM, SÓ: 0.33 GRAMM, CALCIUM: 124.82 MG, SZÉNHIDRÁT: 18.68 GRAMM, ZSÍR: 10.60 GRAMM, ENERGIA: 200.80 KCAL, FEHÉRJE: 7.23 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	RESZELT TÉSztALEVES 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	BROKKOLI KRÉMLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.68 GRAMM, SÓ: 0.15 GRAMM, CALCIUM: 113.60 MG, SZÉNHIDRÁT: 6.66 GRAMM, ZSÍR: 11.20 GRAMM, ENERGIA: 141.24 KCAL, FEHÉRJE: 3.16 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	PALÓC LEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.21 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 93.84 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.74 GRAMM, ZSÍR: 15.97 GRAMM, ENERGIA: 273.79 KCAL, FEHÉRJE: 13.28 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	RAÑTOTT SAJT (TEPSIBEN SÜTVE) ,PETREZSELYMES RISZ, TARTÁRMÁRTÁS, ALMA	CSIRKEMELL ALMÁVAL SAJT TAL SÜTVE, BURGONYAPÜRE,MANDARIN	RAKOTT KARFIOL, NARANCS	ÓVÁRI SERTÉS SZELET, TÖRT BURGONYÁVAL, MANDARIN	RIZSFELFÚJT, GYÜMÖLCS ÖNTETTEL
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.76 GRAMM, CUKOR: 1.19 GRAMM, SÓ: 1.38 GRAMM, CALCIUM: 48.25 MG, ROST: 0.52 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 61.39 GRAMM, ZSÍR: 11.74 GRAMM, ENERGIA: 403.47 KCAL, FEHÉRJE: 10.74 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 7.32 GRAMM, CUKOR: 0.04 GRAMM, SÓ: 0.43 GRAMM, CALCIUM: 162.55 MG, SZÉNHIDRÁT: 48.09 GRAMM, ZSÍR: 16.39 GRAMM, ENERGIA: 472.85 KCAL, FEHÉRJE: 29.14 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.38 GRAMM, CALCIUM: 180.52 MG, SZÉNHIDRÁT: 40.95 GRAMM, ZSÍR: 15.62 GRAMM, ENERGIA: 404.12 KCAL, FEHÉRJE: 21.71 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.13 GRAMM, CUKOR: 0.33 GRAMM, SÓ: 0.84 GRAMM, CALCIUM: 138.03 MG, SZÉNHIDRÁT: 50.49 GRAMM, ZSÍR: 26.88 GRAMM, ENERGIA: 578.40 KCAL, FEHÉRJE: 28.53 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.67 GRAMM, CUKOR: 12.99 GRAMM, SÓ: 0.22 GRAMM, CALCIUM: 203.28 MG, SZÉNHIDRÁT: 64.78 GRAMM, ZSÍR: 7.25 GRAMM, ENERGIA: 387.43 KCAL, FEHÉRJE: 13.22 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS UZSONNA ITAL		POHARAS KAKAO			
		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	TEAVAJAS TK KIFLI, SZENDVICS SONKA, PIROS PAPRIKA	TK FATÖRZS KIFLI	TÚRÓS RÉTES	MARGARINOS TK ZSEMLE, TURISTA FELVÁGOTT, SÁRGARÉPA RUDACSKA	TK TÖKMAGVAS POGÁCSA, ALMA
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 11.62 GRAMM, CUKOR: 0.78 GRAMM, SÓ: 1.06 GRAMM, CALCIUM: 25.20 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 23.32 GRAMM, ZSÍR: 19.55 GRAMM, ENERGIA: 299.75 KCAL, FEHÉRJE: 7.97 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.15 GRAMM, CUKOR: 2.50 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, ROST: 1.00 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 20.50 GRAMM, ZSÍR: 2.25 GRAMM, ENERGIA: 116.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.80 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: CUKOR: 5.20 GRAMM, SÓ: 1.10 GRAMM, ROST: 0.60 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 37.30 GRAMM, ZSÍR: 8.30 GRAMM, ENERGIA: 264.00 KCAL, FEHÉRJE: 9.90 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.96 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.38 GRAMM, CALCIUM: 23.00 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 24.62 GRAMM, ZSÍR: 4.97 GRAMM, ENERGIA: 165.53 KCAL, FEHÉRJE: 5.24 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.74 GRAMM, CUKOR: 0.64 GRAMM, SÓ: 0.64 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 2.38 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 48.40 GRAMM, ZSÍR: 12.42 GRAMM, ENERGIA: 339.50 KCAL, FEHÉRJE: 8.27 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
Hétfő					
Kedd					
Szerda					
Csütörtök					
Péntek					