

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	GYÜMÖLCS TEA	VANILIÁS TEJ	TROPUSI TEA	MEGGYES TEA	FEKETERIBIZLIS TEA
	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.50 GRAMM, SÓ: 0.20 GRAMM, CALCIUM: 171.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 12.25 GRAMM, ZSÍR: 2.27 GRAMM, ENERGIA: 92.60 KCAL, FEHÉRJE: 5.11 GRAMM Allergének: FÖLDIMOGYORÓ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
ALSÓS TÍZÓRAI	CSEMEGE SZALÁMI,TEAVAJAS TK KENYÉR	TK BRIÓS	TONHALKRÉMES TK KENYÉR, UBORKA	KENŐMÁJAS,TK KENYÉR,PARADICSOM	FRANCIA PIRÍTÓS
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.56 GRAMM, CUKOR: 0.01 GRAMM, SÓ: 1.32 GRAMM, CALCIUM: 18.78 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.04 GRAMM, ZSÍR: 18.74 GRAMM, ENERGIA: 261.70 KCAL, FEHÉRJE: 6.21 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.20 GRAMM, CUKOR: 7.40 GRAMM, SÓ: 0.51 GRAMM, ROST: 2.30 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 43.00 GRAMM, ZSÍR: 5.20 GRAMM, ENERGIA: 247.00 KCAL, FEHÉRJE: 5.50 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.95 GRAMM, CUKOR: 0.14 GRAMM, SÓ: 0.92 GRAMM, CALCIUM: 21.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.05 GRAMM, ZSÍR: 3.62 GRAMM, ENERGIA: 170.72 KCAL, FEHÉRJE: 4.87 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.10 GRAMM, SÓ: 0.97 GRAMM, CALCIUM: 34.16 MG, SZÉNHIDRÁT: 36.39 GRAMM, ZSÍR: 9.99 GRAMM, ENERGIA: 288.20 KCAL, FEHÉRJE: 10.82 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.56 GRAMM, CUKOR: 2.21 GRAMM, SÓ: 1.17 GRAMM, CALCIUM: 14.30 MG, SZÉNHIDRÁT: 29.76 GRAMM, ZSÍR: 9.26 GRAMM, ENERGIA: 227.20 KCAL, FEHÉRJE: 4.46 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	PIRÍTOTT TÉSZTALEVES	ALMALEVES	HAGYMAKRÉMLEVES PÓRÉKARIKÁKKAL	KÖMÉNYPAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKÁKKAL	BABGULYÁS
	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	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 4.75 GRAMM, CUKOR: 10.97 GRAMM, SÓ: 0.04 GRAMM, CALCIUM: 62.01 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.06 GRAMM, ZSÍR: 7.51 GRAMM, ENERGIA: 170.95 KCAL, FEHÉRJE: 2.28 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.07 GRAMM, SÓ: 0.08 GRAMM, CALCIUM: 118.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 14.27 GRAMM, ZSÍR: 6.11 GRAMM, ENERGIA: 144.50 KCAL, FEHÉRJE: 4.67 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.25 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 9.72 MG, SZÉNHIDRÁT: 15.75 GRAMM, ZSÍR: 11.07 GRAMM, ENERGIA: 175.21 KCAL, FEHÉRJE: 2.67 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.73 GRAMM, SÓ: 0.26 GRAMM, CALCIUM: 82.59 MG, SZÉNHIDRÁT: 34.75 GRAMM, ZSÍR: 11.48 GRAMM, ENERGIA: 330.66 KCAL, FEHÉRJE: 20.45 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	VADAS CSIRKERAGU SPAGETTIVEL,NARANCS	RÁNTOTT CSIRKEMELL, BURGONYAPÜRÉ, CÉKLA	LECSÓS KARAJ, PÁROLT RIZS,BANÁN	GYROS,TZATZIKI ÖNTETTEL RÖSZTI BURGONYÁVAL	TEJBEGRÍZ KAKAÓ SZÓRATTAL,BANÁN
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.79 GRAMM, CUKOR: 5.30 GRAMM, SÓ: 0.63 GRAMM, CALCIUM: 138.23 MG, SZÉNHIDRÁT: 78.30 GRAMM, ZSÍR: 19.97 GRAMM, ENERGIA: 649.33 KCAL, FEHÉRJE: 37.75 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: 5.40 GRAMM, CUKOR: 3.98 GRAMM, SÓ: 0.49 GRAMM, CALCIUM: 74.90 MG, SZÉNHIDRÁT: 52.63 GRAMM, ZSÍR: 16.81 GRAMM, ENERGIA: 493.80 KCAL, FEHÉRJE: 28.70 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.83 GRAMM, SÓ: 0.75 GRAMM, CALCIUM: 52.38 MG, SZÉNHIDRÁT: 70.65 GRAMM, ZSÍR: 16.47 GRAMM, ENERGIA: 552.89 KCAL, FEHÉRJE: 27.40 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 4.12 GRAMM, CUKOR: 1.00 GRAMM, SÓ: 0.85 GRAMM, CALCIUM: 46.67 MG, ROST: 1.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 16.48 GRAMM, ZSÍR: 43.20 GRAMM, ENERGIA: 472.30 KCAL, FEHÉRJE: 14.69 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	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
	GYÜMÖLCS JOGHURT		TÚRÓ RUDI		
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: 4.50 GRAMM, CUKOR: 11.00 GRAMM, SÓ: 0.02 GRAMM, CALCIUM: 50.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 12.00 GRAMM, ZSÍR: 5.30 GRAMM, ENERGIA: 107.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.90 GRAMM Allergének: SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK		
ALSÓS UZSONNA	KAKAÓS KIFLI	TK LEVELES SAJTOS, ALMA	TK KUKORICÁS POGÁCSA	TÚRÓ KOCKA,ALMA	RETRO HAMBURGER
	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: TEL..ZSÍR: 8.70 GRAMM, CUKOR: 0.49 GRAMM, SÓ: 0.87 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 1.46 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.23 GRAMM, ZSÍR: 18.30 GRAMM, ENERGIA: 271.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.49 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZEZÁMMAG ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.69 GRAMM, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 20.00 GRAMM, ZSÍR: 3.40 GRAMM, ENERGIA: 120.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.80 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.50 GRAMM, SÓ: 0.62 GRAMM, CALCIUM: 76.68 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 26.80 GRAMM, ZSÍR: 1.35 GRAMM, ENERGIA: 135.00 KCAL, FEHÉRJE: 3.05 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.88 GRAMM, CUKOR: 6.88 GRAMM, SÓ: 0.82 GRAMM, CALCIUM: 6.51 MG, ROST: 0.07 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 33.38 GRAMM, ZSÍR: 4.55 GRAMM, ENERGIA: 205.84 KCAL, FEHÉRJE: 7.50 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
Hétfő					
Kedd					
Szerda					
Csütörtök					
Péntek					