

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	<p>KAKAO</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 2.01 GRAMM, CUKOR: 3.00 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 228.12 MG, SZÉNHIDRÁT: 13.61 GRAMM, ZSÍR: 3.01 GRAMM, ENERGIA: 112.37 KCAL, FEHÉRJE: 6.82 GRAMM <b>Allergének:</b> SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>LIMONADÉ</p> <p><b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.19 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.05 GRAMM, ZSÍR: 0.01 GRAMM, ENERGIA: 33.12 KCAL, FEHÉRJE: 0.00 GRAMM</p>	<p>KARAMELLAS TEJ</p> <p><b>Tápanyagok:</b> 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</p>	<p>CITROMOS TEA</p> <p><b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL</p>	<p>TEJESKÁVÉ</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 2.00 GRAMM, CUKOR: 4.00 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 228.02 MG, SZÉNHIDRÁT: 14.60 GRAMM, ZSÍR: 3.00 GRAMM, ENERGIA: 116.08 KCAL, FEHÉRJE: 6.80 GRAMM <b>Allergének:</b> TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>
	<p>CITROMOS TÚRÓS KOCKA</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.50 GRAMM, CUKOR: 0.15 GRAMM, SÓ: 0.50 GRAMM, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 14.05 GRAMM, ZSÍR: 0.60 GRAMM, ENERGIA: 65.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.35 GRAMM</p>	<p>MELEGSZENDVICS (SAJTAL TK KENYÉRREL)</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 4.87 GRAMM, CUKOR: 1.51 GRAMM, SÓ: 1.58 GRAMM, CALCIUM: 192.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 27.47 GRAMM, ZSÍR: 10.34 GRAMM, ENERGIA: 258.73 KCAL, FEHÉRJE: 13.08 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TELJES KIÖRLÉSŰ BRIÓS</p> <p><b>Tápanyagok:</b> 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 <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>HÁZI TÚRÓKRÉM,KIFLI</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.00 GRAMM, CUKOR: 2.95 GRAMM, SÓ: 0.43 GRAMM, CALCIUM: 63.02 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.48 GRAMM, ZSÍR: 6.80 GRAMM, ENERGIA: 166.97 KCAL, FEHÉRJE: 7.60 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TONHALKRÉM,TK ZSEMLE,ZÖLDHAGYMA</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 3.45 GRAMM, CUKOR: 1.01 GRAMM, SÓ: 0.48 GRAMM, CALCIUM: 88.35 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 23.00 GRAMM, ZSÍR: 6.45 GRAMM, ENERGIA: 223.84 KCAL, FEHÉRJE: 8.10 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>
ALSÓS EBÉD LEVES	<p>SÓSKALEVES</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.11 GRAMM, CUKOR: 6.99 GRAMM, SÓ: 0.09 GRAMM, CALCIUM: 146.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 14.11 GRAMM, ZSÍR: 6.45 GRAMM, ENERGIA: 131.35 KCAL, FEHÉRJE: 3.31 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>PARADICSOM LEVES</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.85 GRAMM, CUKOR: 9.50 GRAMM, SÓ: 0.17 GRAMM, CALCIUM: 24.31 MG, SZÉNHIDRÁT: 24.23 GRAMM, ZSÍR: 7.59 GRAMM, ENERGIA: 181.52 KCAL, FEHÉRJE: 3.76 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>LEBBENCSELEVES</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.34 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.24 GRAMM, CALCIUM: 16.46 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.51 GRAMM, ZSÍR: 7.47 GRAMM, ENERGIA: 150.86 KCAL, FEHÉRJE: 2.51 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>KARFIOLKRÉMLEVES LEVESGYÖNGGYEL</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 2.40 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.21 GRAMM, CALCIUM: 85.13 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.22 GRAMM, ZSÍR: 11.60 GRAMM, ENERGIA: 222.19 KCAL, FEHÉRJE: 5.57 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>DARAGALUSKA LEVES</p> <p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.29 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.37 GRAMM, CALCIUM: 48.41 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.16 GRAMM, ZSÍR: 3.51 GRAMM, ENERGIA: 116.58 KCAL, FEHÉRJE: 3.81 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>

ALSÓS EBÉD  
MÁSODIK

LASAGNE,ALMA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 6.74 GRAMM, CUKOR: 7.35 GRAMM, SÓ: 0.95 GRAMM, CALCIUM: 304.60 MG, SZÉNHIDRÁT: 83.22 GRAMM, ZSÍR: 24.23 GRAMM, ENERGIA: 703.05 KCAL, FEHÉRJE: 35.90 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ESZTERHÁZY  
PULYKARAGU,PÁROLT BULGUR

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.56 GRAMM, CUKOR: 0.12 GRAMM, SÓ: 0.34 GRAMM, CALCIUM: 34.70 MG, SZÉNHIDRÁT: 47.91 GRAMM, ZSÍR: 13.39 GRAMM, ENERGIA: 343.26 KCAL, FEHÉRJE: 10.50 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

STEFÁNIA  
VAGDALT,ZÖLDBORSÓ  
FŐZELÉK,BANÁN

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 2.23 GRAMM, CUKOR: 2.01 GRAMM, SÓ: 0.41 GRAMM, CALCIUM: 401.93 MG, SZÉNHIDRÁT: 62.72 GRAMM, ZSÍR: 19.02 GRAMM, ENERGIA: 579.90 KCAL, FEHÉRJE: 36.90 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

PAPRIKÁS BURGONYA HÚSSAL,  
FRISS TAVASZI SALÁTA,  
PIRÍTOTT  
NAPRAFORGÓMAGGAL

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 7.77 GRAMM, CUKOR: 0.20 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 148.61 MG, ROST: 0.86 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 50.45 GRAMM, ZSÍR: 18.58 GRAMM, ENERGIA: 450.82 KCAL, FEHÉRJE: 14.49 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TEMESVÁRI PULYKATOKÁNY,  
PÁROLT RIZS, KÖRTE

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.08 GRAMM, SÓ: 0.72 GRAMM, CALCIUM: 123.29 MG, SZÉNHIDRÁT: 62.35 GRAMM, ZSÍR: 15.47 GRAMM, ENERGIA: 439.62 KCAL, FEHÉRJE: 10.56 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER 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

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

HAME CSIRKEPÁSTÉTOM,TK  
ZSEMLE,UBORKA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 6.15 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.95 GRAMM, CALCIUM: 7.50 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.50 GRAMM, ZSÍR: 18.15 GRAMM, ENERGIA: 291.88 KCAL, FEHÉRJE: 9.45 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

MÁKOS KIFLI,KÖRTE

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.15 GRAMM, CUKOR: 2.55 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 23.55 MG, ROST: 8.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 38.50 GRAMM, ZSÍR: 2.70 GRAMM, ENERGIA: 196.50 KCAL, FEHÉRJE: 3.40 GRAMM

**Allergének:**

DIÓFÉLÉK, GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

MARGARINOS CSEMEGE  
SZALÁMIS,CSÁSZÁR ZSEMLE,  
ZÖLD PAPRIKA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.86 GRAMM, CUKOR: 0.17 GRAMM, SÓ: 0.77 GRAMM, CALCIUM: 37.74 MG, SZÉNHIDRÁT: 12.92 GRAMM, ZSÍR: 8.47 GRAMM, ENERGIA: 143.65 KCAL, FEHÉRJE: 4.67 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TK KUKORICÁS POGÁCSA,ALMA

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.70 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 23.50 GRAMM, ZSÍR: 3.60 GRAMM, ENERGIA: 137.50 KCAL, FEHÉRJE: 3.00 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

SAJTOS HAMBURGER

**Tápanyagok:**

TEL..ZSÍR: 3.29 GRAMM, CUKOR: 8.09 GRAMM, SÓ: 1.41 GRAMM, CALCIUM: 75.53 MG, ROST: 0.07 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 37.05 GRAMM, ZSÍR: 7.13 GRAMM, ENERGIA: 258.31 KCAL, FEHÉRJE: 10.69 GRAMM

**Allergének:**

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek