

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	CITROMOS TEA <b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	TEJ <b>Tápanyagok:</b> 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 <b>Allergének:</b> TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	KARAMELLAS TEJ <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	TEJESKÁVÉ <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	GYÜMÖLCS TEA <b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
	TEAVAJAS CSÁSZÁR ZSEMLE, EIDAIMI SAJT, PIROS RETEK <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 10.16 GRAMM, CUKOR: 0.64 GRAMM, SÓ: 0.97 GRAMM, CALCIUM: 81.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.43 GRAMM, ZSÍR: 16.26 GRAMM, ENERGIA: 277.38 KCAL, FEHÉRJE: 10.23 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	BUNDÁSKENYÉR( TK KENYÉRBŐL TEPSIBEN SÜTVE,) UBORKA <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.59 GRAMM, CUKOR: 0.06 GRAMM, SÓ: 0.72 GRAMM, CALCIUM: 31.78 MG, SZÉNHIDRÁT: 25.71 GRAMM, ZSÍR: 7.42 GRAMM, ENERGIA: 204.86 KCAL, FEHÉRJE: 7.84 GRAMM	TEAVAJAS TK KIFLI <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 11.08 GRAMM, CUKOR: 0.36 GRAMM, SÓ: 0.53 GRAMM, CALCIUM: 4.80 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.10 GRAMM, ZSÍR: 18.20 GRAMM, ENERGIA: 264.40 KCAL, FEHÉRJE: 4.37 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MARGARINOS ZSEMLE, ZALAI FELVÁGOTT, ZÖLDPAPRIKA <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 4.42 GRAMM, CUKOR: 0.33 GRAMM, SÓ: 0.93 GRAMM, CALCIUM: 27.60 MG, ROST: 1.55 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 30.93 GRAMM, ZSÍR: 11.21 GRAMM, ENERGIA: 265.75 KCAL, FEHÉRJE: 9.75 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	ZÖLDFÜSZERES UBORKÁS TOJÁSKRÉM, TK KENYÉR <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.25 GRAMM, CUKOR: 0.40 GRAMM, SÓ: 0.98 GRAMM, CALCIUM: 27.03 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.11 GRAMM, ZSÍR: 5.96 GRAMM, ENERGIA: 214.82 KCAL, FEHÉRJE: 8.89 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA
	VANÍLIÁS ALMALEVES <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.21 GRAMM, CUKOR: 9.99 GRAMM, SÓ: 0.06 GRAMM, CALCIUM: 88.73 MG, SZÉNHIDRÁT: 32.25 GRAMM, ZSÍR: 4.78 GRAMM, ENERGIA: 185.61 KCAL, FEHÉRJE: 2.68 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	KARALÁBÉ LEVES <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.31 GRAMM, CUKOR: 1.04 GRAMM, SÓ: 0.81 GRAMM, CALCIUM: 219.36 MG, SZÉNHIDRÁT: 27.05 GRAMM, ZSÍR: 11.08 GRAMM, ENERGIA: 237.55 KCAL, FEHÉRJE: 6.78 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	PÓRÉHAGYMA KRÉMLEVES <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.44 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.17 GRAMM, CALCIUM: 166.44 MG, SZÉNHIDRÁT: 11.18 GRAMM, ZSÍR: 11.37 GRAMM, ENERGIA: 203.72 KCAL, FEHÉRJE: 5.17 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	ZABGALUSKA LEVES <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.40 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.14 GRAMM, CALCIUM: 100.39 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.62 GRAMM, ZSÍR: 4.64 GRAMM, ENERGIA: 133.05 KCAL, FEHÉRJE: 4.84 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	BABGULYÁS <b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.73 GRAMM, CUKOR: 0.02 GRAMM, SÓ: 0.51 GRAMM, CALCIUM: 63.64 MG, SZÉNHIDRÁT: 26.18 GRAMM, ZSÍR: 11.32 GRAMM, ENERGIA: 280.42 KCAL, FEHÉRJE: 17.12 GRAMM <b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES					

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	BUDAPEST SERTÉSTOKÁNY, FŐTT BURGONYA, CSEMEGE UBORKA	BOLOGNAI (HALAS) PENNETÉSZTA, GYÜMÖLCSLÉ	RÁNTOTT CSIRKEMELL, BURGONYAPÜRÉ, TAVASZI FRISS SALÁTA	KÖMÉNYES SERTÉS SÜLT, PARADICSOMOS KÁPOSZTAFŐZELÉK,K ALMA	TEJBEDARA KAKAÓ SZÓRATTAL,BANÁN
	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 4.37 GRAMM, CUKOR: 2.34 GRAMM, SÓ: 1.50 GRAMM, CALCIUM: 86.83 MG, SZÉNHIDRÁT: 54.88 GRAMM, ZSÍR: 25.27 GRAMM, ENERGIA: 597.50 KCAL, FEHÉRJE: 31.90 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.50 GRAMM, CUKOR: 28.30 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 124.55 MG, ROST: 0.20 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 82.64 GRAMM, ZSÍR: 8.61 GRAMM, ENERGIA: 491.53 KCAL, FEHÉRJE: 21.83 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 5.44 GRAMM, CUKOR: 0.23 GRAMM, SÓ: 0.51 GRAMM, CALCIUM: 97.90 MG, SZÉNHIDRÁT: 52.82 GRAMM, ZSÍR: 17.20 GRAMM, ENERGIA: 507.30 KCAL, FEHÉRJE: 29.49 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.10 GRAMM, CUKOR: 12.89 GRAMM, SÓ: 0.43 GRAMM, CALCIUM: 100.33 MG, SZÉNHIDRÁT: 30.08 GRAMM, ZSÍR: 18.38 GRAMM, ENERGIA: 424.75 KCAL, FEHÉRJE: 25.92 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 2.41 GRAMM, CUKOR: 15.73 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 361.00 MG, ROST: 0.07 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 76.81 GRAMM, ZSÍR: 4.51 GRAMM, ENERGIA: 400.06 KCAL, FEHÉRJE: 11.65 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>
ALSÓS UZSONNA ITAL					ROSTOSLÉ
					<p><b>Tápanyagok:</b> CUKOR: 21.00 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, ROST: 0.20 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 23.00 GRAMM, ZSÍR: 0.00 GRAMM, ENERGIA: 88.00 KCAL, FEHÉRJE: 0.00 GRAMM</p>
ALSÓS UZSONNA	TELJES KIÖRLÉSŰ TÚRÓS ÖKORSZEM, ALMA	MÁKOS BŰRKIFLI,BANÁN	SAJTOS STANGLI, KÖRTE	TK SAJTOS CROISSANT, TÚRÓ RUDI	VAJAS POGÁCSA
	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 6.00 GRAMM, CUKOR: 9.10 GRAMM, SÓ: 0.81 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 0.60 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 37.50 GRAMM, ZSÍR: 6.70 GRAMM, ENERGIA: 226.50 KCAL, FEHÉRJE: 6.50 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 0.73 GRAMM, CUKOR: 7.63 GRAMM, SÓ: 0.48 GRAMM, CALCIUM: 1.00 MG, ROST: 3.84 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 32.34 GRAMM, ZSÍR: 12.76 GRAMM, ENERGIA: 279.60 KCAL, FEHÉRJE: 5.30 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> DIÓFÉLÉK, GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 2.10 GRAMM, CUKOR: 0.49 GRAMM, SÓ: 0.80 GRAMM, CALCIUM: 7.85 MG, ROST: 3.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 36.80 GRAMM, ZSÍR: 3.86 GRAMM, ENERGIA: 203.50 KCAL, FEHÉRJE: 6.57 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 4.60 GRAMM, CUKOR: 14.10 GRAMM, SÓ: 0.18 GRAMM, CALCIUM: 50.00 MG, ROST: 0.75 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 27.00 GRAMM, ZSÍR: 10.30 GRAMM, ENERGIA: 216.50 KCAL, FEHÉRJE: 4.55 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p><b>Tápanyagok:</b> TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.69 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 40.00 GRAMM, ZSÍR: 3.40 GRAMM, ENERGIA: 120.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.80 GRAMM</p> <p><b>Allergének:</b> GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek