

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	TEJESKAVÉ Tápanyagok: 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 Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	LIMONADÉ Tápanyagok: 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	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	HÁZI GYÜMÖLCSJOGHURT Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.75 GRAMM, CUKOR: 13.40 GRAMM, SÓ: 0.25 GRAMM, CALCIUM: 301.20 MG, SZÉNHIDRÁT: 15.74 GRAMM, ZSÍR: 7.50 GRAMM, ENERGIA: 160.82 KCAL, FEHÉRJE: 7.81 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	
	MARGARINOS TK KENYÉR, CSEMEGE SZALÁMI, UBORKA	KOCKA SAJT, CSAVART KIFLI, PIROS RETEK	KENŐMÁJAS, TK ZSEMLE,ZÖLD HAGYMA	TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI	
ALSÓS TÍZÓRAI	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.32 GRAMM, SÓ: 1.39 GRAMM, CALCIUM: 23.88 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.84 GRAMM, ZSÍR: 12.79 GRAMM, ENERGIA: 213.88 KCAL, FEHÉRJE: 6.62 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.86 GRAMM, CUKOR: 1.15 GRAMM, SÓ: 0.80 GRAMM, CALCIUM: 47.08 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 19.32 GRAMM, ZSÍR: 4.60 GRAMM, ENERGIA: 129.27 KCAL, FEHÉRJE: 5.21 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.00 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.24 GRAMM, CALCIUM: 89.00 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.46 GRAMM, ZSÍR: 7.64 GRAMM, ENERGIA: 216.70 KCAL, FEHÉRJE: 9.48 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.80 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.53 GRAMM, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.00 GRAMM, ZSÍR: 2.20 GRAMM, ENERGIA: 121.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.20 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	
	TARHONYALEVES	ZELLERKRÉMLEVES GYÖNGGYEL	MARHA HÚSLEVES	BROKKOLI KRÉMLEVES (PIRÍTOTT NAPRAFORGÓVAL)	
ALSÓS EBÉD LEVES	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.65 GRAMM, CUKOR: 0.11 GRAMM, SÓ: 0.17 GRAMM, CALCIUM: 10.56 MG, SZÉNHIDRÁT: 15.45 GRAMM, ZSÍR: 11.11 GRAMM, ENERGIA: 177.85 KCAL, FEHÉRJE: 2.34 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.71 GRAMM, CUKOR: 0.04 GRAMM, SÓ: 0.90 GRAMM, CALCIUM: 131.65 MG, SZÉNHIDRÁT: 18.11 GRAMM, ZSÍR: 11.60 GRAMM, ENERGIA: 198.57 KCAL, FEHÉRJE: 4.76 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.40 GRAMM, SÓ: 0.17 GRAMM, CALCIUM: 104.96 MG, SZÉNHIDRÁT: 16.28 GRAMM, ZSÍR: 3.49 GRAMM, ENERGIA: 115.78 KCAL, FEHÉRJE: 4.53 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.22 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.20 GRAMM, CALCIUM: 96.92 MG, ROST: 0.09 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 6.92 GRAMM, ZSÍR: 9.48 GRAMM, ENERGIA: 127.81 KCAL, FEHÉRJE: 3.40 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	

ALSÓS EBÉD
MÁSODIK

CSIRKENUGGETS (TEPSIBEN
SÜTVE), ZÖLDBABFŐZELÉK,
SAJTOS POGÁCSA (3 DKG)

Tápanyagok:

TEL..ZSÍR: 6.03 GRAMM, CUKOR: 8.80 GRAMM, SÓ: 1.08 GRAMM, CALCIUM: 43.79 MG, ROST: 0.24 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 57.38 GRAMM, ZSÍR: 28.08 GRAMM, ENERGIA: 553.51 KCAL, FEHÉRJE: 20.10 GRAMM

Allergének:

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

BÁCSKAI RIZSESHÚS,
KÁPOSZTASALÁTA

Tápanyagok:

TEL..ZSÍR: 0.15 GRAMM, CUKOR: 4.00 GRAMM, SÓ: 0.73 GRAMM, CALCIUM: 86.37 MG, SZÉNHIDRÁT: 65.03 GRAMM, ZSÍR: 8.70 GRAMM, ENERGIA: 455.07 KCAL, FEHÉRJE: 22.29 GRAMM

FŐTT
MARHAHÚS,MEGGYMÁRTÁS,
1/2 ADAG KUSZ KUSZ

Tápanyagok:

TEL..ZSÍR: 2.05 GRAMM, CUKOR: 20.02 GRAMM, SÓ: 0.17 GRAMM, CALCIUM: 132.63 MG, ROST: 2.00 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 70.61 GRAMM, ZSÍR: 12.54 GRAMM, ENERGIA: 524.21 KCAL, FEHÉRJE: 25.15 GRAMM

Allergének:

GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

RAKOTT BURGONYA HÚSSAL,
FRISS TAVASZI SALÁTA

Tápanyagok:

TEL..ZSÍR: 2.93 GRAMM, CUKOR: 9.99 GRAMM, SÓ: 0.81 GRAMM, CALCIUM: 138.34 MG, SZÉNHIDRÁT: 36.06 GRAMM, ZSÍR: 28.73 GRAMM, ENERGIA: 513.96 KCAL, FEHÉRJE: 23.37 GRAMM

Allergének:

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

ALSÓS
UZSONNA
ITAL

POHARAS KAKAÓ

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

SAJTOS TEAVAJAS CSÁSZÁR
ZSEMLE,KÖRTE

TK MEGGYES PÁRNA, ALMA

TÚRÓS RÉTES,ALMA

SAJTOS CSIGA,KÖRTE

ALSÓS
UZSONNA

Tápanyagok:

TEL..ZSÍR: 8.11 GRAMM, CUKOR: 0.37 GRAMM, SÓ: 0.72 GRAMM, CALCIUM: 125.93 MG, ROST: 2.75 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 28.06 GRAMM, ZSÍR: 13.00 GRAMM, ENERGIA: 255.50 KCAL, FEHÉRJE: 7.33 GRAMM

Allergének:

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

Tápanyagok:

TEL..ZSÍR: 1.38 GRAMM, CUKOR: 3.06 GRAMM, SÓ: 0.32 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 3.48 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 28.10 GRAMM, ZSÍR: 2.90 GRAMM, ENERGIA: 157.90 KCAL, FEHÉRJE: 3.56 GRAMM

Allergének:

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

Tápanyagok:

CUKOR: 5.20 GRAMM, SÓ: 1.10 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 0.60 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 40.80 GRAMM, ZSÍR: 8.50 GRAMM, ENERGIA: 281.50 KCAL, FEHÉRJE: 10.10 GRAMM

Allergének:

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

Tápanyagok:

TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.70 GRAMM, CALCIUM: 23.55 MG, ROST: 8.60 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 38.00 GRAMM, ZSÍR: 3.85 GRAMM, ENERGIA: 199.50 KCAL, FEHÉRJE: 3.40 GRAMM

Allergének:

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

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek