

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	<p>VANÍLIÁS TEJ</p> <p>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: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>CITROMOS TEA</p> <p>Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL</p>	<p>TEJESKAVÉ</p> <p>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</p>	<p>TEJ</p> <p>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</p>	<p>LIMONADÉ</p> <p>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</p>
	ALSÓS TÍZÓRAI	<p>MÁRVÁNYOS KALÁCS</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.40 GRAMM, CUKOR: 6.54 GRAMM, SÓ: 0.48 GRAMM, ROST: 0.90 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 33.00 GRAMM, ZSÍR: 8.40 GRAMM, ENERGIA: 228.00 KCAL, FEHÉRJE: 3.60 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>MELEGSZENDVICS SAJTVAL</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.56 GRAMM, CUKOR: 0.29 GRAMM, SÓ: 0.87 GRAMM, CALCIUM: 71.44 MG, SZÉNHIDRÁT: 22.11 GRAMM, ZSÍR: 3.86 GRAMM, ENERGIA: 153.59 KCAL, FEHÉRJE: 6.20 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>MARGARINOS TK KIFLI, TAVASZI FELVÁGOTT</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.00 GRAMM, CUKOR: 0.79 GRAMM, SÓ: 1.45 GRAMM, CALCIUM: 0.00 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.36 GRAMM, ZSÍR: 12.20 GRAMM, ENERGIA: 235.80 KCAL, FEHÉRJE: 9.00 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>KAKAÓS KIFLI</p> <p>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</p>
ALSÓS EBÉD LEVES	<p>CSURGATOTT TOJÁSLEVES</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.70 GRAMM, CUKOR: 2.00 GRAMM, SÓ: 0.01 GRAMM, CALCIUM: 13.69 MG, SZÉNHIDRÁT: 6.61 GRAMM, ZSÍR: 8.70 GRAMM, ENERGIA: 126.50 KCAL, FEHÉRJE: 4.85 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>GERSLIS ZÖLDSÉGLEVES CSIRKEMÁJJAL</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.39 GRAMM, SÓ: 0.10 GRAMM, CALCIUM: 101.62 MG, SZÉNHIDRÁT: 13.79 GRAMM, ZSÍR: 3.45 GRAMM, ENERGIA: 103.36 KCAL, FEHÉRJE: 4.07 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>ZÖLDSÉGES BURGONYALEVES</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.52 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.12 GRAMM, CALCIUM: 55.79 MG, SZÉNHIDRÁT: 16.56 GRAMM, ZSÍR: 2.64 GRAMM, ENERGIA: 107.29 KCAL, FEHÉRJE: 3.50 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>MEGGYLEVES</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.21 GRAMM, CUKOR: 14.98 GRAMM, SÓ: 0.07 GRAMM, CALCIUM: 107.36 MG, SZÉNHIDRÁT: 45.16 GRAMM, ZSÍR: 5.12 GRAMM, ENERGIA: 253.10 KCAL, FEHÉRJE: 5.10 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>SÁRGABORSÓGULYÁS</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.24 GRAMM, CUKOR: 0.02 GRAMM, SÓ: 0.43 GRAMM, CALCIUM: 78.63 MG, SZÉNHIDRÁT: 30.93 GRAMM, ZSÍR: 15.55 GRAMM, ENERGIA: 346.29 KCAL, FEHÉRJE: 19.37 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>

ALSÓS EBÉD
MÁSODIK

PAELLA BULGUR, VEGYES
VÁGOTT

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 1.28 GRAMM, CUKOR: 2.50 GRAMM, SÓ: 0.92 GRAMM, CALCIUM: 12.20 MG, SZÉNHIDRÁT: 53.34 GRAMM, ZSÍR: 18.99 GRAMM, ENERGIA: 413.55 KCAL, FEHÉRJE: 20.36 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA

MÉZES-MUSTÁROS CSIRKEMELL
CSÍKOK , FŐTT TÉSZTA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 7.87 GRAMM, CUKOR: 0.86 GRAMM, SÓ: 1.21 GRAMM, CALCIUM: 256.36 MG, ROST: 1.40 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 47.20 GRAMM, ZSÍR: 30.10 GRAMM, ENERGIA: 623.86 KCAL, FEHÉRJE: 40.43 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

PARADICSOMOS HÚSGOMBÓC

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 0.64 GRAMM, CUKOR: 15.39 GRAMM, SÓ: 0.28 GRAMM, CALCIUM: 55.78 MG, SZÉNHIDRÁT: 67.04 GRAMM, ZSÍR: 13.35 GRAMM, ENERGIA: 486.72 KCAL, FEHÉRJE: 22.15 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

RÁNTOTT HALRÚD, RIZI BIZI,
UBORKASALÁTA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 0.42 GRAMM, CUKOR: 2.10 GRAMM, SÓ: 0.77 GRAMM, CALCIUM: 63.13 MG, SZÉNHIDRÁT: 64.48 GRAMM, ZSÍR: 5.41 GRAMM, ENERGIA: 359.78 KCAL, FEHÉRJE: 11.52 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

RAKOTT VANÍLIÁS TÚRÓS
METÉLT

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 0.73 GRAMM, CUKOR: 3.00 GRAMM, SÓ: 0.07 GRAMM, CALCIUM: 110.53 MG, SZÉNHIDRÁT: 53.39 GRAMM, ZSÍR: 9.42 GRAMM, ENERGIA: 365.85 KCAL, FEHÉRJE: 16.89 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

MARGARINOS EIDAMI SAJTOS
TK ZSEMLE, ZÖLD HAGYMA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 5.97 GRAMM, CUKOR: 0.77 GRAMM, SÓ: 0.84 GRAMM, CALCIUM: 87.00 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.82 GRAMM, ZSÍR: 10.64 GRAMM, ENERGIA: 262.40 KCAL, FEHÉRJE: 13.80 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

PETREZSELYMES HÚSPÁSTÉTOM
(HÁZI), TK KENYÉR, UBORKA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 6.00 GRAMM, CUKOR: 0.78 GRAMM, SÓ: 1.28 GRAMM, CALCIUM: 22.79 MG, SZÉNHIDRÁT: 30.64 GRAMM, ZSÍR: 12.82 GRAMM, ENERGIA: 300.54 KCAL, FEHÉRJE: 9.25 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

SAJTOS PEREC, BANÁN

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 2.30 GRAMM, CUKOR: 5.10 GRAMM, SÓ: 0.52 GRAMM, CALCIUM: 2.50 MG, ROST: 0.14 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 53.10 GRAMM, ZSÍR: 4.55 GRAMM, ENERGIA: 286.50 KCAL, FEHÉRJE: 6.25 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ZÖLDHAGYMÁS
SZENDVICSKRÉM (HÁZI), TK
ZSEMLE, ALMA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 4.44 GRAMM, CUKOR: 0.91 GRAMM, SÓ: 0.74 GRAMM, CALCIUM: 22.35 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 36.02 GRAMM, ZSÍR: 9.06 GRAMM, ENERGIA: 279.90 KCAL, FEHÉRJE: 8.03 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TELJES KIÖRLÉSŰ KUKORICÁS
POGÁCSA,KÖRTE

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.70 GRAMM, CALCIUM: 7.85 MG, ROST: 3.00 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 26.00 GRAMM, ZSÍR: 3.55 GRAMM, ENERGIA: 146.50 KCAL, FEHÉRJE: 3.00 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS
UZSONNA

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek