

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	KAKAO Tápanyagok: 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 Allergének: SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	LIMONÁDE 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	LIMONÁDE 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	GYÜMÖLCS TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
	TEAVAJAS TK KIFLI Tápanyagok: 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 Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MARGARINOS TK KENYÉR SERTÉS PÁRIZSI, UBORKA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.56 GRAMM, CUKOR: 0.10 GRAMM, SÓ: 1.37 GRAMM, CALCIUM: 21.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.11 GRAMM, ZSÍR: 9.68 GRAMM, ENERGIA: 233.68 KCAL, FEHÉRJE: 6.91 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	TEAVAJAS MÉZES TK ZSEMLE Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 10.88 GRAMM, CUKOR: 0.36 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 12.80 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 36.80 GRAMM, ZSÍR: 17.80 GRAMM, ENERGIA: 324.30 KCAL, FEHÉRJE: 4.35 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	ZÖLDFÜSZERES TOJÁSKRÉM,TK KENYÉR, PARADICSOM Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.25 GRAMM, CUKOR: 0.40 GRAMM, SÓ: 0.67 GRAMM, CALCIUM: 28.31 MG, SZÉNHIDRÁT: 19.34 GRAMM, ZSÍR: 5.57 GRAMM, ENERGIA: 169.52 KCAL, FEHÉRJE: 7.71 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	HÁZI GYÜMÖLCSÖS TÚÓKRÉM,TK KENYÉR Tápanyagok: CUKOR: 2.80 GRAMM, SÓ: 0.83 GRAMM, CALCIUM: 77.32 MG, SZÉNHIDRÁT: 32.40 GRAMM, ZSÍR: 6.33 GRAMM, ENERGIA: 231.47 KCAL, FEHÉRJE: 9.56 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
	BROKKOLIS KRÉMLEVES LEVESGYÖNGGYEL Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.93 GRAMM, CUKOR: 0.00 GRAMM, SÓ: 0.21 GRAMM, CALCIUM: 95.94 MG, SZÉNHIDRÁT: 7.32 GRAMM, ZSÍR: 9.27 GRAMM, ENERGIA: 126.98 KCAL, FEHÉRJE: 3.26 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	TARHONYALEVES 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	ALMALEVES Tápanyagok: 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 Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK		HAMIS GULYÁSLEVES 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
ALSÓS EBÉD LEVES					

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	BOLOGNAI SPAGETTI,ALMA	CSIRKE NUGGETS, SZÁRAZBAB FŐZELÉK	SAJTVAL TÖLTÖTT HALRÚD (TEPSIBEN SÜTVE), KUKORICÁS PÁROLT RIZS, ŐSZI FRISS SALÁTA PIRÍTOTT NAPRAFORGÓVAL	GYÜMÖLCSLÉ, PAPRIKÁS BURGONYA HÚSSAL,KÁPOSZTASALÁTA	TEJBERIZS FAHÉJ SZÓRATTAL
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.62 GRAMM, CUKOR: 1.45 GRAMM, SÓ: 0.38 GRAMM, CALCIUM: 178.92 MG, SZÉNHIDRÁT: 55.00 GRAMM, ZSÍR: 16.87 GRAMM, ENERGIA: 475.23 KCAL, FEHÉRJE: 24.34 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.58 GRAMM, CUKOR: 1.00 GRAMM, SÓ: 1.06 GRAMM, CALCIUM: 146.18 MG, SZÉNHIDRÁT: 80.76 GRAMM, ZSÍR: 18.69 GRAMM, ENERGIA: 647.99 KCAL, FEHÉRJE: 37.07 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.86 GRAMM, CUKOR: 10.06 GRAMM, SÓ: 0.25 GRAMM, CALCIUM: 131.42 MG, ROST: 0.17 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 58.28 GRAMM, ZSÍR: 11.28 GRAMM, ENERGIA: 377.78 KCAL, FEHÉRJE: 8.20 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, MUSTÁR ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.61 GRAMM, CUKOR: 22.00 GRAMM, SÓ: 0.37 GRAMM, CALCIUM: 122.43 MG, SZÉNHIDRÁT: 67.54 GRAMM, ZSÍR: 14.40 GRAMM, ENERGIA: 486.49 KCAL, FEHÉRJE: 13.15 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.17 GRAMM, CUKOR: 11.00 GRAMM, SÓ: 0.35 GRAMM, CALCIUM: 314.86 MG, SZÉNHIDRÁT: 81.65 GRAMM, ZSÍR: 6.72 GRAMM, ENERGIA: 453.63 KCAL, FEHÉRJE: 14.01 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
	ROSTOSLÉ		ÍZESÍTETT JOGHURT	POHARAS KAKAÓ	
ALSÓS UZSONNA ITAL	Tápanyagok: 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		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: 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	
ALSÓS UZSONNA	SAJTOS POGÁCSA	MOZZARELLA RUDACSKA, CSÁSZÁR ZSEMLE, KÖRTE	VAJAS ÍZESÍTÉSŰ CSAVART KIFLI	BRIÓS,KÖRTE	SAJTOS CSIGA (50 gr), BANÁN
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 0.70 GRAMM, SÓ: 0.69 GRAMM, ROST: 0.50 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: 4.70 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.92 GRAMM, CALCIUM: 166.93 MG, ROST: 2.75 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 28.44 GRAMM, ZSÍR: 7.80 GRAMM, ENERGIA: 217.10 KCAL, FEHÉRJE: 9.35 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.50 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.57 GRAMM, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.00 GRAMM, ZSÍR: 2.65 GRAMM, ENERGIA: 127.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.55 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.20 GRAMM, CUKOR: 7.40 GRAMM, SÓ: 0.52 GRAMM, CALCIUM: 15.70 MG, ROST: 7.80 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 55.00 GRAMM, ZSÍR: 5.50 GRAMM, ENERGIA: 300.00 KCAL, FEHÉRJE: 5.90 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: 0.69 GRAMM, CALCIUM: 7.50 MG, ROST: 0.35 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 56.30 GRAMM, ZSÍR: 3.55 GRAMM, ENERGIA: 277.50 KCAL, FEHÉRJE: 4.75 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek					