

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	GYÜMÖLCSTEA	LIMONADÉ	VANILIÁS TEJ	TEJ	LIMONADÉ
	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	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	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	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	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
ALSÓS TÍZÓRAI	SERTÉS PÁRIZSIKRÉM, TK ZSEMLE, ZÖLD PAPRIKA	KAKAÓS KIFLI	BUNDÁS KENYÉR TK	CSIRKEPÁSTÉTOM (MÁJKRÉM) TK KIFLI, KÁPIA PAPRIKA	HOT DOG
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 4.44 GRAMM, CUKOR: 0.91 GRAMM, SÓ: 0.72 GRAMM, CALCIUM: 7.35 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 23.52 GRAMM, ZSÍR: 8.41 GRAMM, ENERGIA: 219.65 KCAL, FEHÉRJE: 7.83 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	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	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.59 GRAMM, CUKOR: 0.06 GRAMM, SÓ: 0.71 GRAMM, CALCIUM: 24.28 MG, SZÉNHIDRÁT: 24.86 GRAMM, ZSÍR: 7.37 GRAMM, ENERGIA: 198.98 KCAL, FEHÉRJE: 7.34 GRAMM	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.35 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 1.23 GRAMM, CALCIUM: 6.00 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 23.65 GRAMM, ZSÍR: 18.65 GRAMM, ENERGIA: 301.25 KCAL, FEHÉRJE: 9.65 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.70 GRAMM, CUKOR: 4.15 GRAMM, SÓ: 1.54 GRAMM, CALCIUM: 0.00 MG, ROST: 1.58 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 36.57 GRAMM, ZSÍR: 11.40 GRAMM, ENERGIA: 300.30 KCAL, FEHÉRJE: 12.06 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
ALSÓS EBÉD LEVES	MÁJGALUSKA LEVES	ŐSZIBARACKLEVES	GERSLIS ZÖLDSÉGLEVES	TÁRKONYOS SZÁRNYASRAGU LEVES	KAPROS TÖKLEVES
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.64 GRAMM, SÓ: 0.22 GRAMM, CALCIUM: 46.77 MG, SZÉNHIDRÁT: 14.24 GRAMM, ZSÍR: 10.27 GRAMM, ENERGIA: 215.46 KCAL, FEHÉRJE: 16.02 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.01 GRAMM, CUKOR: 9.99 GRAMM, SÓ: 0.16 GRAMM, CALCIUM: 75.46 MG, SZÉNHIDRÁT: 22.29 GRAMM, ZSÍR: 5.13 GRAMM, ENERGIA: 146.10 KCAL, FEHÉRJE: 2.09 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	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	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.16 GRAMM, SÓ: 0.24 GRAMM, CALCIUM: 298.55 MG, SZÉNHIDRÁT: 21.55 GRAMM, ZSÍR: 17.74 GRAMM, ENERGIA: 275.34 KCAL, FEHÉRJE: 12.89 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.57 GRAMM, CUKOR: 5.00 GRAMM, SÓ: 0.03 GRAMM, CALCIUM: 69.73 MG, SZÉNHIDRÁT: 15.61 GRAMM, ZSÍR: 9.33 GRAMM, ENERGIA: 158.33 KCAL, FEHÉRJE: 2.66 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	TÚRÓGOMBÓC KÓKUSZRESZELÉKKEL (MIRELIT) ÖNTETTEL	RÁNTOTT CSIRKEMELL, RIZI-BIZI, UBORKASALÁTA	SERTÉS PÖRKÖLT, SÁRGABORSÓ FŐZELÉK, ALMA	ÍZES GRÍZES METÉLT,SZŐLŐ	KUKORICÁS HALFASÍRT, TÖRT BURGONYA, PARADICSOMSALÁTA
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 7.12 GRAMM, CUKOR: 28.14 GRAMM, SÓ: 0.16 GRAMM, CALCIUM: 30.73 MG, SZÉNHIDRÁT: 46.01 GRAMM, ZSÍR: 21.46 GRAMM, ENERGIA: 476.32 KCAL, FEHÉRJE: 10.19 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.81 GRAMM, CUKOR: 2.00 GRAMM, SÓ: 1.10 GRAMM, CALCIUM: 76.13 MG, SZÉNHIDRÁT: 74.08 GRAMM, ZSÍR: 11.10 GRAMM, ENERGIA: 541.24 KCAL, FEHÉRJE: 33.60 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.42 GRAMM, SÓ: 1.01 GRAMM, CALCIUM: 75.69 MG, SZÉNHIDRÁT: 48.29 GRAMM, ZSÍR: 28.08 GRAMM, ENERGIA: 575.58 KCAL, FEHÉRJE: 30.17 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.87 GRAMM, CUKOR: 5.34 GRAMM, SÓ: 0.13 GRAMM, CALCIUM: 38.29 MG, SZÉNHIDRÁT: 88.67 GRAMM, ZSÍR: 5.66 GRAMM, ENERGIA: 453.74 KCAL, FEHÉRJE: 12.22 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.19 GRAMM, CUKOR: 5.01 GRAMM, SÓ: 1.39 GRAMM, CALCIUM: 268.98 MG, SZÉNHIDRÁT: 69.51 GRAMM, ZSÍR: 24.44 GRAMM, ENERGIA: 613.21 KCAL, FEHÉRJE: 24.35 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS UZSONNA	ZÖLDFÜSZERES VAJKRÉM, FÉLBARNA KENYÉR, ALMA	PACSNİ,GYÜMÖLCSJOGHURT	HÁZI GYÜMÖLCSŐS TÚRÓ, TK ZSEMLE	SAJTOS CROISSANT, İVŐLÉ	SAJTKRÉMES TK ZSEMLE, UBORKA
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.80 GRAMM, CUKOR: 0.57 GRAMM, SÓ: 0.79 GRAMM, CALCIUM: 15.25 MG, SZÉNHIDRÁT: 25.28 GRAMM, ZSÍR: 4.49 GRAMM, ENERGIA: 182.20 KCAL, FEHÉRJE: 5.05 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.00 GRAMM, CUKOR: 9.75 GRAMM, SÓ: 0.75 GRAMM, CALCIUM: 360.00 MG, ROST: 1.20 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 48.80 GRAMM, ZSÍR: 8.90 GRAMM, ENERGIA: 293.00 KCAL, FEHÉRJE: 10.10 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.60 GRAMM, CUKOR: 3.55 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 63.55 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 27.12 GRAMM, ZSÍR: 6.91 GRAMM, ENERGIA: 210.04 KCAL, FEHÉRJE: 9.51 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.10 GRAMM, CUKOR: 24.10 GRAMM, SÓ: 0.16 GRAMM, ROST: 0.95 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 38.00 GRAMM, ZSÍR: 5.00 GRAMM, ENERGIA: 197.50 KCAL, FEHÉRJE: 1.65 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.56 GRAMM, CUKOR: 0.75 GRAMM, SÓ: 0.51 GRAMM, CALCIUM: 7.61 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.59 GRAMM, ZSÍR: 3.23 GRAMM, ENERGIA: 147.98 KCAL, FEHÉRJE: 6.88 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek					