

Hétfő		Kedd		Szerda	
Csütörtök		Péntek			
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	CITROMOS TEA	TEJ	LIMONÁDE	TEJESKÁVE	GYÜMÖLCSTEA
	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	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	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	Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
	MARGARINOS EIDAMI SAJTOS TK KENYÉR, PARADICSOM	BUNDÁS KENYÉR (TK KENYÉR TEPSIBEN SÜTVE) UBORKA	KÖRÖZÖTT, TK KIFLI, KÁPIA PAPRIKA	TEAVAJAS TK ZSEMLE, ZALAI FELVÁGOTT, ZÖLDPAPRIKA	ZÖLDFÜSZERES UBORKÁS TOJÁSKRÉM, TK KENYÉR
ALSÓS TÍZÓRAI	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.32 GRAMM, CUKOR: 0.28 GRAMM, SÓ: 1.00 GRAMM, CALCIUM: 15.58 MG, SZÉNHIDRÁT: 18.43 GRAMM, ZSÍR: 10.40 GRAMM, ENERGIA: 204.10 KCAL, FEHÉRJE: 8.02 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: 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	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.20 GRAMM, CUKOR: 0.61 GRAMM, SÓ: 0.69 GRAMM, CALCIUM: 101.79 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 26.63 GRAMM, ZSÍR: 11.87 GRAMM, ENERGIA: 281.06 KCAL, FEHÉRJE: 14.50 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.14 GRAMM, CUKOR: 0.51 GRAMM, SÓ: 0.80 GRAMM, CALCIUM: 30.00 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.65 GRAMM, ZSÍR: 16.55 GRAMM, ENERGIA: 277.95 KCAL, FEHÉRJE: 9.58 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.25 GRAMM, CUKOR: 0.40 GRAMM, SÓ: 1.14 GRAMM, CALCIUM: 29.89 MG, SZÉNHIDRÁT: 33.49 GRAMM, ZSÍR: 6.21 GRAMM, ENERGIA: 243.22 KCAL, FEHÉRJE: 9.73 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA
ALSÓS EBÉD LEVES		VANÍLIÁS ALMALEVES	HAGYMAKRÉMLEVES (PÓRÉHAGYMA KARIKÁVAL)	PARADICSOM LEVES	BABGULYÁS
		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	Tápanyagok: 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 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: 0.85 GRAMM, CUKOR: 9.50 GRAMM, SÓ: 0.17 GRAMM, CALCIUM: 24.31 MG, SZÉNHIDRÁT: 24.23 GRAMM, ZSÍR: 7.59 GRAMM, ENERGIA: 181.52 KCAL, FEHÉRJE: 3.76 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: 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 Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS EBÉD MÁSODIK	GYÜMÖLCSLÉ,HARCSPAPRIKÁS, GALUSKA,VEGYES VÁGOTT	BUDAPEST SERTÉSRAGU,PÁROLT RIZS, CSEMEGE UBORKA	RÁNTOTT SERTÉS KARAJ, BURGONYAPÜRÉ,CÉKLASALÁTA	MEXIKÓI CSIRKECOMBFILÉ, PÁROLT BULGUR	TEJBEDARA KAKAO SZÓRATTAL,SZŐLŐ
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.04 GRAMM, CUKOR: 21.00 GRAMM, SÓ: 1.23 GRAMM, CALCIUM: 87.71 MG, ROST: 3.00 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 71.06 GRAMM, ZSÍR: 20.02 GRAMM, ENERGIA: 585.81 KCAL, FEHÉRJE: 29.15 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.56 GRAMM, CUKOR: 4.85 GRAMM, SÓ: 1.54 GRAMM, CALCIUM: 91.33 MG, SZÉNHIDRÁT: 57.56 GRAMM, ZSÍR: 21.38 GRAMM, ENERGIA: 563.67 KCAL, FEHÉRJE: 32.13 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.63 GRAMM, CUKOR: 3.98 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 82.27 MG, SZÉNHIDRÁT: 49.39 GRAMM, ZSÍR: 33.20 GRAMM, ENERGIA: 617.49 KCAL, FEHÉRJE: 25.53 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.52 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 14.95 MG, SZÉNHIDRÁT: 57.24 GRAMM, ZSÍR: 13.80 GRAMM, ENERGIA: 457.88 KCAL, FEHÉRJE: 29.13 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.41 GRAMM, CUKOR: 15.73 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 395.16 MG, ROST: 0.07 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 88.25 GRAMM, ZSÍR: 5.11 GRAMM, ENERGIA: 448.96 KCAL, FEHÉRJE: 11.78 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS UZSONNA ITAL	GYÜMÖLCS JOGHURT				
	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				
ALSÓS UZSONNA	VAJAS ÍZESÍTÉSŰ CSAVART KIFLI	TÚRÓKOCKA,BANÁN	CSOKIBEVONATOS CSIGA,ALMA	BANÁN, MÁKOS BÚRKIFLI	KOCKA SAJT,KIFLI
	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.00 GRAMM, CUKOR: 0.15 GRAMM, SÓ: 0.40 GRAMM, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 16.00 GRAMM, ZSÍR: 1.70 GRAMM, ENERGIA: 77.50 KCAL, FEHÉRJE: 2.25 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.50 GRAMM, SÓ: 0.60 GRAMM, CALCIUM: 60.68 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 37.00 GRAMM, ZSÍR: 0.65 GRAMM, ENERGIA: 170.00 KCAL, FEHÉRJE: 3.55 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.05 GRAMM, CUKOR: 5.75 GRAMM, SÓ: 0.14 GRAMM, CALCIUM: 5.25 MG, ROST: 0.35 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 16.50 GRAMM, ZSÍR: 2.15 GRAMM, ENERGIA: 90.50 KCAL, FEHÉRJE: 1.32 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: 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 Allergének: DIÓFÉLÉK, GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.86 GRAMM, CUKOR: 1.15 GRAMM, SÓ: 0.80 GRAMM, CALCIUM: 0.08 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 17.12 GRAMM, ZSÍR: 4.50 GRAMM, ENERGIA: 114.70 KCAL, FEHÉRJE: 4.01 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek					