

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	MEGGYES TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	TEJESKÁVÉ Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.00 GRAMM, CUKOR: 4.00 GRAMM, SÓ: 0.13 GRAMM, CALCIUM: 114.02 MG, SZÉNHIDRÁT: 9.30 GRAMM, ZSÍR: 1.50 GRAMM, ENERGIA: 66.08 KCAL, FEHÉRJE: 3.40 GRAMM Allergének: TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	FORRALT 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	TROPUSI TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL	GYÜMÖLCS TEA Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL
	ZALA FELVÁGOTT,SAJTOS SZENDVICSKRÉMES TK ZSEMLE, Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 5.05 GRAMM, CUKOR: 0.30 GRAMM, SÓ: 0.84 GRAMM, CALCIUM: 30.95 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.45 GRAMM, ZSÍR: 11.85 GRAMM, ENERGIA: 224.65 KCAL, FEHÉRJE: 6.90 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	LEKVÁROS KIFLI Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.15 GRAMM, CUKOR: 2.55 GRAMM, SÓ: 0.26 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 20.50 GRAMM, ZSÍR: 2.25 GRAMM, ENERGIA: 117.00 KCAL, FEHÉRJE: 2.80 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	SONKAKRÉMES FÉLBARNA KENYÉR Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.27 GRAMM, CUKOR: 0.60 GRAMM, SÓ: 1.15 GRAMM, CALCIUM: 14.30 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.40 GRAMM, ZSÍR: 12.69 GRAMM, ENERGIA: 279.80 KCAL, FEHÉRJE: 7.35 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	ZSEMLE MOZZARELLA SAJTVAL, PARADICSOM Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 6.65 GRAMM, CUKOR: 0.20 GRAMM, SÓ: 0.82 GRAMM, CALCIUM: 120.95 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.99 GRAMM, ZSÍR: 12.40 GRAMM, ENERGIA: 236.00 KCAL, FEHÉRJE: 8.20 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	HÁZI TÚROKRÉM MÁRVÁNYOS KALÁCCSAL Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 7.00 GRAMM, CUKOR: 7.25 GRAMM, SÓ: 0.43 GRAMM, CALCIUM: 63.02 MG, ROST: 0.75 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 31.98 GRAMM, ZSÍR: 12.10 GRAMM, ENERGIA: 275.45 KCAL, FEHÉRJE: 8.36 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD LEVES	TAVASZI ZÖLDSÉGLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.80 GRAMM, SÓ: 0.08 GRAMM, CALCIUM: 53.86 MG, SZÉNHIDRÁT: 19.44 GRAMM, ZSÍR: 5.90 GRAMM, ENERGIA: 155.79 KCAL, FEHÉRJE: 6.07 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	RESZELT TÉSztALEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.75 GRAMM, CUKOR: 0.11 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 140.60 MG, SZÉNHIDRÁT: 19.85 GRAMM, ZSÍR: 6.75 GRAMM, ENERGIA: 159.26 KCAL, FEHÉRJE: 4.58 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MEGGYLEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.31 GRAMM, CUKOR: 14.98 GRAMM, SÓ: 0.06 GRAMM, CALCIUM: 64.76 MG, SZÉNHIDRÁT: 36.91 GRAMM, ZSÍR: 1.10 GRAMM, ENERGIA: 176.90 KCAL, FEHÉRJE: 3.51 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	LEGÉNYFOGÓ LEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.96 GRAMM, SÓ: 0.40 GRAMM, CALCIUM: 139.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 48.39 GRAMM, ZSÍR: 5.55 GRAMM, ENERGIA: 384.22 KCAL, FEHÉRJE: 33.77 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	ZÖLDBORSÓ LEVES Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.71 GRAMM, SÓ: 0.13 GRAMM, CALCIUM: 40.48 MG, SZÉNHIDRÁT: 13.89 GRAMM, ZSÍR: 6.86 GRAMM, ENERGIA: 139.77 KCAL, FEHÉRJE: 5.17 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
	TÖKFŐZELÉK,SERTÉSPÖRKÖLT, MANDARIN Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.91 GRAMM, CUKOR: 6.99 GRAMM, SÓ: 0.40 GRAMM, CALCIUM: 217.85 MG, SZÉNHIDRÁT: 51.91 GRAMM, ZSÍR: 23.15 GRAMM, ENERGIA: 524.96 KCAL, FEHÉRJE: 24.57 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	BAKONYI CSIRKE TOKÁNY, PÁROLT RIZS, NARANCS Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.83 GRAMM, SÓ: 0.66 GRAMM, CALCIUM: 120.36 MG, SZÉNHIDRÁT: 54.23 GRAMM, ZSÍR: 14.12 GRAMM, ENERGIA: 451.91 KCAL, FEHÉRJE: 24.56 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	RÁNTOTT HAL,BURGONYAPÜRÉ, CÉKLA, Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 8.46 GRAMM, CUKOR: 3.98 GRAMM, SÓ: 0.14 GRAMM, CALCIUM: 98.90 MG, SZÉNHIDRÁT: 44.81 GRAMM, ZSÍR: 23.65 GRAMM, ENERGIA: 503.78 KCAL, FEHÉRJE: 24.15 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	NUDLI VANÍLIA ÖNTETTEL,ALMA Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.83 GRAMM, CUKOR: 25.89 GRAMM, SÓ: 0.42 GRAMM, CALCIUM: 178.87 MG, SZÉNHIDRÁT: 57.41 GRAMM, ZSÍR: 22.86 GRAMM, ENERGIA: 467.04 KCAL, FEHÉRJE: 6.62 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	MILÁNÓI MAKARÓNI, MANDARIN Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.83 GRAMM, CUKOR: 4.51 GRAMM, SÓ: 0.55 GRAMM, CALCIUM: 278.83 MG, SZÉNHIDRÁT: 79.01 GRAMM, ZSÍR: 12.62 GRAMM, ENERGIA: 558.11 KCAL, FEHÉRJE: 29.81 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK
ALSÓS EBÉD MÁSODIK					

ALSÓS
UZSONNA
ITAL

ALSÓS
UZSONNA

			GYÜMÖCSJOGHURT	POHARAS KAKAÓ
			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
PIZZA SZELET	FEJEDELEM SONKA TEAVAJAS TK KENYÉR , UBORKA RUDACSKA	CSEMEGE SZALÁMI,MARGARINOS TK ZSEMLE, SÁRGARÉPA RÚD	CSAVART KIFLI	TK SAJTOS CROISSANT
Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.43 GRAMM, CUKOR: 1.93 GRAMM, SÓ: 1.98 GRAMM, ROST: 0.30 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.97 GRAMM, ZSÍR: 8.07 GRAMM, ENERGIA: 196.80 KCAL, FEHÉRJE: 8.86 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 10.96 GRAMM, CUKOR: 0.33 GRAMM, SÓ: 1.17 GRAMM, CALCIUM: 23.74 MG, SZÉNHIDRÁT: 23.09 GRAMM, ZSÍR: 18.87 GRAMM, ENERGIA: 305.68 KCAL, FEHÉRJE: 10.03 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.36 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 1.08 GRAMM, CALCIUM: 26.20 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 24.59 GRAMM, ZSÍR: 12.58 GRAMM, ENERGIA: 242.49 KCAL, FEHÉRJE: 8.18 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK	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: 0.10 GRAMM, CUKOR: 3.10 GRAMM, SÓ: 0.16 GRAMM, ROST: 0.75 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 15.00 GRAMM, ZSÍR: 5.00 GRAMM, ENERGIA: 109.50 KCAL, FEHÉRJE: 1.65 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek