

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
ALSÓS TÍZÓRAI ITAL	<p>EPRES 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>FORRALT 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>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>KARAMELLÁS TEJ</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.00 GRAMM, CUKOR: 19.98 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 228.12 MG, SZÉNHIDRÁT: 30.58 GRAMM, ZSÍR: 3.00 GRAMM, ENERGIA: 180.40 KCAL, FEHÉRJE: 6.80 GRAMM</p>	<p>ERDEI GYÜMÖLCSTEA</p> <p>Tápanyagok: CUKOR: 7.99 GRAMM, SÓ: 0.00 GRAMM, CALCIUM: 0.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 8.03 GRAMM, ENERGIA: 32.81 KCAL</p>
	ALSÓS TÍZÓRAI	<p>TÓNHALKRÉMES TK KENYÉR,UBORKA</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 3.35 GRAMM, CUKOR: 0.14 GRAMM, SÓ: 0.87 GRAMM, CALCIUM: 21.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 28.10 GRAMM, ZSÍR: 8.62 GRAMM, ENERGIA: 214.62 KCAL, FEHÉRJE: 4.92 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA</p>	<p>KAKAÓS CSIGA</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.24 GRAMM, CUKOR: 27.60 GRAMM, SÓ: 0.65 GRAMM, ROST: 0.72 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 62.40 GRAMM, ZSÍR: 9.36 GRAMM, ENERGIA: 350.40 KCAL, FEHÉRJE: 5.40 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TAVASZI FELVÁGOTT,TEAVAJAS TK ZSEMLE</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 11.66 GRAMM, CUKOR: 0.36 GRAMM, SÓ: 0.90 GRAMM, CALCIUM: 26.40 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.05 GRAMM, ZSÍR: 19.96 GRAMM, ENERGIA: 298.80 KCAL, FEHÉRJE: 8.80 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>DIÁKRÚD</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.80 GRAMM, CUKOR: 0.35 GRAMM, SÓ: 0.53 GRAMM, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 21.00 GRAMM, ZSÍR: 2.20 GRAMM, ENERGIA: 121.00 KCAL, FEHÉRJE: 4.20 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>
ALSÓS EBÉD LEVES		<p>JÓKAI BABLEVES</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.83 GRAMM, CUKOR: 0.01 GRAMM, SÓ: 0.95 GRAMM, CALCIUM: 23.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 5.61 GRAMM, ZSÍR: 10.91 GRAMM, ENERGIA: 176.87 KCAL, FEHÉRJE: 13.33 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>MÁJGALUSKA LEVES</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 1.64 GRAMM, SÓ: 0.22 GRAMM, CALCIUM: 45.69 MG, SZÉNHIDRÁT: 7.06 GRAMM, ZSÍR: 10.14 GRAMM, ENERGIA: 180.66 KCAL, FEHÉRJE: 14.92 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>MAGYAROS DARAGALUSKA LEVES</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 0.29 GRAMM, SÓ: 0.32 GRAMM, CALCIUM: 48.41 MG, SZÉNHIDRÁT: 17.14 GRAMM, ZSÍR: 3.51 GRAMM, ENERGIA: 116.39 KCAL, FEHÉRJE: 3.79 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>ZELLERKRÉMLEVES GYÖNGGYEL</p> <p>Tápanyagok: TEL..ZSÍR: 2.23 GRAMM, SÓ: 0.23 GRAMM, CALCIUM: 55.34 MG, SZÉNHIDRÁT: 14.26 GRAMM, ZSÍR: 16.91 GRAMM, ENERGIA: 222.95 KCAL, FEHÉRJE: 2.91 GRAMM Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>

ALSÓS EBÉD
MÁSODIK

ÍZES GRÍZES METÉLT, BANÁN

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 0.87 GRAMM, CUKOR: 4.34 GRAMM, SÓ: 0.13 GRAMM, CALCIUM: 29.18 MG, SZÉNHIDRÁT: 102.82 GRAMM, ZSÍR: 5.51 GRAMM, ENERGIA: 515.74 KCAL, FEHÉRJE: 13.22 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

KOLOZSVÁRI KÁPOSZTA,ALMA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 0.80 GRAMM, SÓ: 0.79 GRAMM, CALCIUM: 110.05 MG, SZÉNHIDRÁT: 12.01 GRAMM, ZSÍR: 18.10 GRAMM, ENERGIA: 301.84 KCAL, FEHÉRJE: 19.19 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

PARADICSOMOS
HÚSGOMBÓC,ALMA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 0.64 GRAMM, CUKOR: 15.39 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 76.64 MG, SZÉNHIDRÁT: 80.97 GRAMM, ZSÍR: 14.15 GRAMM, ENERGIA: 556.36 KCAL, FEHÉRJE: 22.94 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ZÖLDSÉGES CSIRKEMELL
TEPSIBEN SÜLT
BURGONYÁVAL,NARANCS

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 4.64 GRAMM, SÓ: 0.55 GRAMM, CALCIUM: 85.40 MG, SZÉNHIDRÁT: 54.07 GRAMM, ZSÍR: 24.09 GRAMM, ENERGIA: 582.59 KCAL, FEHÉRJE: 32.93 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

TEJBEGRÍZ,BANÁN

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 2.07 GRAMM, CUKOR: 14.98 GRAMM, SÓ: 0.29 GRAMM, CALCIUM: 363.60 MG, SZÉNHIDRÁT: 87.14 GRAMM, ZSÍR: 3.83 GRAMM, ENERGIA: 438.91 KCAL, FEHÉRJE: 12.27 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS
UZSONNA
ITAL

POHARAS TEJ

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 3.80 GRAMM, SÓ: 0.27 GRAMM, CALCIUM: 240.00 MG, SZÉNHIDRÁT: 9.40 GRAMM, ZSÍR: 5.60 GRAMM, ENERGIA: 112.00 KCAL, FEHÉRJE: 6.00 GRAMM
Allergének:
TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

SAJTKRÉMES SZALÁMIS TK
KENYÉR,KALIFORNIAI PAPRIKA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 1.38 GRAMM, CUKOR: 0.40 GRAMM, SÓ: 1.74 GRAMM, CALCIUM: 25.35 MG, SZÉNHIDRÁT: 25.12 GRAMM, ZSÍR: 12.51 GRAMM, ENERGIA: 254.75 KCAL, FEHÉRJE: 9.94 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

MACKÓ SAJT, TK KIFLI

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 2.66 GRAMM, CUKOR: 1.35 GRAMM, SÓ: 0.93 GRAMM, CALCIUM: 0.08 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 22.12 GRAMM, ZSÍR: 5.00 GRAMM, ENERGIA: 158.20 KCAL, FEHÉRJE: 5.96 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

SNIDLINGES ZALAKRÉMES
FÉLB.KENYÉR,SÁRGARÉPA
RUDACSKA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 6.28 GRAMM, CUKOR: 0.63 GRAMM, SÓ: 0.70 GRAMM, CALCIUM: 19.80 MG, SZÉNHIDRÁT: 16.21 GRAMM, ZSÍR: 11.69 GRAMM, ENERGIA: 209.50 KCAL, FEHÉRJE: 5.46 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

PIZZÁS CSIGA

Tápanyagok:
TEL..ZSÍR: 0.20 GRAMM, CUKOR: 2.15 GRAMM, SÓ: 0.24 GRAMM, SZÉNHIDRÁT: 16.50 GRAMM, ZSÍR: 6.00 GRAMM, ENERGIA: 134.00 KCAL, FEHÉRJE: 3.00 GRAMM
Allergének:
GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK

ALSÓS
UZSONNA

CSAVART 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

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek