

HÉTFŐ · 11.02.

Barackos tea (12;)

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 26.1 kcal · SZH: 6.5 g · CK: 6.5 g · FH: 0.0 g
SÓ: 0.0 g

Pulykasonka

ZS: 15.8 g · TZS: 0.4 g
EN: 66.6 kcal · SZH: 0.3 g · CK: 0.1 g · FH: 3.0 g
SÓ: 0.5 g

mini margarin

ZS: 0.1 g · TZS: 0.0 g
EN: 0.5 kcal · SÓ: 0.0 g

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 118.5 kcal · SZH: 24.5 g · CK: 0.8 g
FH: 4.2 g · SÓ: 0.7 g

Jégcsapretek

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 3.0 kcal · SZH: 0.4 g · CK: 0.0 g · FH: 0.2 g
SÓ: 0.0 g

KEDD · 11.03.

Kakaó (dobozos) (7;)

ZS: 3.0 g · TZS: 2.2 g
EN: 140.0 kcal · SZH: 22.0 g · CK: 18.8 g
FH: 6.0 g · SÓ: 0.3 g

Méz

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 60.8 kcal · SZH: 16.5 g · CK: 16.4 g
FH: 0.1 g · SÓ: 0.0 g

Margarin (12;)

ZS: 7.0 g · TZS: 1.4 g
EN: 63.0 kcal · SÓ: 0.0 g

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 118.5 kcal · SZH: 24.5 g · CK: 0.8 g
FH: 4.2 g · SÓ: 0.7 g

SZERDA · 11.04.

Citromos tea (12;)

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 26.1 kcal · SZH: 6.5 g · CK: 6.5 g · FH: 0.0 g
SÓ: 0.0 g

Baromfihúskrém

ZS: 9.2 g · TZS: 1.6 g
EN: 98.7 kcal · SZH: 1.4 g · FH: 2.4 g · SÓ: 0.3 g

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 118.5 kcal · SZH: 24.5 g · CK: 0.8 g
FH: 4.2 g · SÓ: 0.7 g

CSÜTÖRTÖK · 11.05.

Tej (dobozos) (7;)

ZS: 5.6 g · TZS: 4.0 g
EN: 112.0 kcal · SZH: 9.2 g · CK: 9.2 g · FH: 6.0 g
SÓ: 0.3 g

Házi babkrém

ZS: 4.4 g · TZS: 2.2 g
EN: 75.0 kcal · SZH: 6.0 g · CK: 0.3 g · FH: 2.2 g
SÓ: 0.4 g

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 118.5 kcal · SZH: 24.5 g · CK: 0.8 g
FH: 4.2 g · SÓ: 0.7 g

PÉNTEK · 11.06.

Citromos tea (12;)

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 26.1 kcal · SZH: 6.5 g · CK: 6.5 g · FH: 0.0 g
SÓ: 0.0 g

Lapka sajt (7;)

ZS: 2.8 g · TZS: 1.9 g
EN: 45.6 kcal · SZH: 1.5 g · CK: 1.5 g · FH: 3.6 g
SÓ: 0.5 g

Margarin (12;)

ZS: 7.0 g · TZS: 1.4 g
EN: 63.0 kcal · SÓ: 0.0 g

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 118.5 kcal · SZH: 24.5 g · CK: 0.8 g
FH: 4.2 g · SÓ: 0.7 g

Paprika

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 6.0 kcal · SZH: 0.9 g · CK: 0.0 g · FH: 0.3 g
SÓ: 0.0 g

Favágó leves (1;)

ZS: 10.2 g · TZS: 1.7 g
EN: 184.0 kcal · SZH: 12.8 g · CK: 1.4 g
FH: 8.8 g · SÓ: 1.3 g

Tejberizs (rizstejjel)

ZS: 6.2 g · TZS: 2.1 g
EN: 383.7 kcal · SZH: 77.5 g · CK: 24.7 g
FH: 5.2 g · SÓ: 0.5 g

Kakaó szórát

ZS: 1.1 g · TZS: 0.6 g
EN: 69.9 kcal · SZH: 11.3 g · CK: 10.0 g
FH: 2.4 g · SÓ: 0.2 g

Alma db

ZS: 0.4 g · TZS: 0.0 g
EN: 35.0 kcal · SZH: 7.0 g · CK: 4.0 g · FH: 0.4 g
SÓ: 0.0 g

Hamis gulyásleves (1;12;)

ZS: 9.5 g · TZS: 1.0 g
EN: 168.0 kcal · SZH: 16.7 g · CK: 1.2 g
FH: 2.7 g · SÓ: 0.1 g

Főtt virsli

ZS: 9.4 g · TZS: 4.2 g
EN: 116.6 kcal · SZH: 1.5 g · FH: 6.6 g · SÓ: 1.2 g

Finomfőzelék (1;)

ZS: 9.3 g · TZS: 2.3 g
EN: 247.2 kcal · SZH: 34.6 g · CK: 6.7 g
FH: 5.7 g · SÓ: 0.4 g

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 118.5 kcal · SZH: 24.5 g · CK: 0.8 g
FH: 4.2 g · SÓ: 0.7 g

Fahéjas szilvaleves

ZS: 4.9 g · TZS: 2.3 g
EN: 174.5 kcal · SZH: 31.5 g · CK: 17.6 g
FH: 0.6 g · SÓ: 0.2 g

Gyros fűszeres csirkemell csíkok

ZS: 11.1 g · TZS: 1.6 g
EN: 164.4 kcal · SZH: 0.3 g · CK: 0.0 g
FH: 14.9 g · SÓ: 2.0 g

Petrezselymes rizs

ZS: 7.5 g · TZS: 0.9 g
EN: 239.5 kcal · SZH: 38.8 g · CK: 0.0 g
FH: 4.7 g · SÓ: 0.1 g

Tzatziki (tejmentes)

ZS: 0.9 g · TZS: 0.4 g
EN: 33.2 kcal · SZH: 6.0 g · CK: 5.0 g · FH: 0.4 g
SÓ: 0.8 g

Brokkoli krémleves (1;)

ZS: 5.3 g · TZS: 1.5 g
EN: 111.5 kcal · SZH: 13.6 g · CK: 0.9 g
FH: 3.2 g · SÓ: 0.8 g

Eszterházy szárnyasragu (1;9;10;)

ZS: 9.0 g · TZS: 2.6 g
EN: 173.9 kcal · SZH: 12.6 g · CK: 6.4 g
FH: 9.6 g · SÓ: 0.8 g

Bulgur köret (1;)

ZS: 1.8 g · TZS: 0.3 g
EN: 215.3 kcal · SZH: 40.3 g · CK: 1.3 g
FH: 7.3 g · SÓ: 0.6 g

Körte

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 36.4 kcal · SZH: 8.4 g · CK: 1.1 g · FH: 0.3 g
SÓ: 0.0 g

Zöldbableves (1;)

ZS: 9.5 g · TZS: 1.0 g
EN: 141.3 kcal · SZH: 12.1 g · CK: 1.7 g
FH: 2.7 g · SÓ: 0.9 g

Csikós tokány (1;)

ZS: 12.8 g · TZS: 4.4 g
EN: 192.0 kcal · SZH: 4.7 g · CK: 0.0 g
FH: 13.1 g · SÓ: 1.1 g

Tészta köret (1;)

ZS: 5.6 g · TZS: 0.7 g
EN: 254.4 kcal · SZH: 42.6 g · CK: 1.3 g
FH: 7.8 g · SÓ: 0.6 g

TÍZÓRAI

EBÉD

HÉTFŐ · 11.02.

Vadas szendvicskrém (10;)

ZS: 2.6 g · TZS: 2.3 g
EN: 55.1 kcal · SZH: 7.4 g · CK: 5.7 g · FH: 0.4 g
SÓ: 0.2 g

Vizes zsemle (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 138.1 kcal · SZH: 28.6 g · CK: 0.6 g
FH: 5.0 g · SÓ: 0.8 g

KEDD · 11.03.

Sült húskrém

ZS: 6.4 g · TZS: 2.5 g
EN: 75.0 kcal · SZH: 0.7 g · CK: 0.0 g · FH: 3.7 g
SÓ: 0.2 g

Vizes zsemle (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 138.1 kcal · SZH: 28.6 g · CK: 0.6 g
FH: 5.0 g · SÓ: 0.8 g

Kígyóuborka

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 2.4 kcal · SZH: 0.3 g · CK: 0.0 g · FH: 0.2 g
SÓ: 0.0 g

SZERDA · 11.04.

Kockasajt (7;)

ZS: 3.7 g · TZS: 1.9 g
EN: 41.6 kcal · SZH: 0.6 g · CK: 0.7 g · FH: 1.5 g
SÓ: 0.3 g

Vizes zsemle (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 138.1 kcal · SZH: 28.6 g · CK: 0.6 g
FH: 5.0 g · SÓ: 0.8 g

Sárgarépa csíkok

ZS: 0.1 g · TZS: 0.0 g
EN: 12.0 kcal · SZH: 2.4 g · CK: 1.4 g · FH: 0.4 g
SÓ: 0.1 g

CSÜTÖRTÖK · 11.05.

Tavaszi felvágott

ZS: 4.8 g · TZS: 2.0 g
EN: 55.4 kcal · SZH: 0.7 g · CK: 0.1 g · FH: 2.4 g
SÓ: 0.4 g

Margarin (12;)

ZS: 7.0 g · TZS: 1.4 g
EN: 63.0 kcal · SÓ: 0.0 g

Vizes zsemle (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 138.1 kcal · SZH: 28.6 g · CK: 0.6 g
FH: 5.0 g · SÓ: 0.8 g

Lilahagyma

ZS: 0.0 g · TZS: 0.0 g
EN: 4.0 kcal · SZH: 0.8 g · CK: 0.0 g · FH: 0.1 g
SÓ: 0.0 g

PÉNTEK · 11.06.

Jam

ZS: 0.1 g
EN: 52.8 kcal · SZH: 12.8 g · CK: 12.6 g
FH: 0.1 g · SÓ: 0.0 g

Vizes zsemle (1;)

ZS: 0.4 g · TZS: 0.1 g
EN: 138.1 kcal · SZH: 28.6 g · CK: 0.6 g
FH: 5.0 g · SÓ: 0.8 g

Margarin (12;)

ZS: 7.0 g · TZS: 1.4 g
EN: 63.0 kcal · SÓ: 0.0 g