

Ebéd

Zöldséraguleves (9;)

EN: 22.0 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.1 g; SZH: 3.0 g; CK: 1.4 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;

Gránátos kocka (fehérjeszegény) (12;)

EN: 264.8 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 0.5 g; SZH: 50.4 g; CK: 0.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg;

Cékla saláta * (10;)

EN: 20.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 2.4 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg;

Alma

EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;

Zöldségleves fehérjeszegény tésztával (9;)

EN: 29.0 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.1 g; SZH: 4.7 g; CK: 1.4 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;

Zöldség vagdalt

EN: 56.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 10.9 g; CK: 3.8 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg;

Cukkíni főzelék

EN: 51.8 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 9.7 g; CK: 1.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;

Meggyleves

EN: 131.2 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.1 g; SZH: 28.7 g; CK: 20.4 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg;

Lecsó

EN: 46.7 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.1 g; SZH: 8.3 g; CK: 1.6 g; FH: 0.4 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;

Rizs köret

EN: 94.8 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.1 g; SZH: 19.4 g; CK: 0.0 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg;

Csemege uborka * (10;12;)

EN: 4.4 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.2 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg;

körte

EN: 52.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;

Köménymag leves

EN: 90.6 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.5 g; SZH: 12.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg;

Zöldségpörkölt

EN: 79.3 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 0.5 g; SZH: 7.3 g; CK: 4.1 g; FH: 1.3 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg;

Párolt köles

EN: 119.4 kcal; ZS: 3.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 18.0 g; CK: 1.5 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;