

## Tízórai

**Málna tea**

EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;

**Kapros margarin**

EN: 108.0 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;

**Gluténmentes kenyér**

EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;

**Kakaós rizsital**

EN: 185.8 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 37.7 g; CK: 17.5 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.2 g;

**margarin**

EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;

**Gluténmentes kenyér**

EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;

**Erdei gyümölcs tea**

EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;

**magyaros margarinkrém**

EN: 216.0 kcal; ZS: 24.0 g; TZS: 7.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg;

**Gluténmentes kenyér**

EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;

**Kígyóuborka**

EN: 3.6 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.5 g; FH: 0.3 g;

**Citromos tea**

EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;

**Tavaszi felvágott**

EN: 83.1 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.2 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.7 g;

**Gluténmentes kenyér**

EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;

## Ebéd

**Zöldborsó leves (12;)**

EN: 207.3 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 1.1 g; SZH: 22.1 g; CK: 0.1 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg;

**Tejben dara rizsitalból**

EN: 361.6 kcal; ZS: 4.2 g; TZS: 0.6 g; SZH: 77.5 g; CK: 42.4 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.3 g;

**Fahéj szórát**

EN: 120.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 29.5 g; CK: 29.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;

**alma**

EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;

**Citromos almaleves**

EN: 143.1 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 32.4 g; CK: 12.6 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;

**Bácskai rizseshús**

EN: 394.1 kcal; ZS: 10.8 g; TZS: 2.0 g; SZH: 55.1 g; CK: 0.0 g; FH: 18.9 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;

**Csalamádé (10;12;)**

EN: 12.6 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; CK: 1.4 g; FH: 0.6 g;

**Zöldségkrémleves (12;)**

EN: 42.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 10.8 g; CK: 1.0 g; FH: 1.7 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg;

**Parajos-csirkés tészta**

EN: 350.8 kcal; ZS: 5.7 g; TZS: 1.1 g; SZH: 60.1 g; CK: 2.1 g; FH: 13.9 g; SÓ: 1.1 g;

**Zöldségleves tésztával (12;)**

EN: 72.4 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 10.3 g; CK: 0.3 g; FH: 0.8 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg;

**Egyben sertésvagdalt**

EN: 202.9 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 3.6 g; SZH: 27.8 g; CK: 0.2 g; FH: 12.3 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;

**Fejtet babfőzelék (12;)**

EN: 179.4 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 0.6 g; SZH: 20.2 g; CK: 1.6 g; FH: 7.4 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg;

## Uzsonna

**Padlizsánkrém (10;)**

EN: 66.6 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.1 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg;

**Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)**

EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;

**Paprika**

EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;

**Sonkakrém**

EN: 99.5 kcal; ZS: 8.7 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.6 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 g;

**Gluténmentes kenyér**

EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;

**Jégcsapretek**

EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.5 g;

**Olasz felvágott**

EN: 70.8 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.0 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.7 g;

**Abonett**

EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g;

**margarin**

EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;

**Tonhalkrém (4;10;)**

EN: 138.0 kcal; ZS: 13.1 g; TZS: 4.1 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.3 g;

**Gluténmentes kenyér**

EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;

**Jégcsapretek**

EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.5 g;