

Tízórai

Tejeskávé (1;7;)

EN:149.5kcal ZS:3.8g TZS:2.3g SZH:20.3g CK:19.0g
FH:7.7g SÓ:0.3g

Pulyka sonka (6;7;)

EN:30.3kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:1.1g CK:0.2g
FH:3.5g SÓ:0.8g

Margarin

EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g
FH:0.0g SÓ:0.1g

Kukoricás kenyér (1;)

EN:191.8kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:39.9g CK:0.8g
FH:5.5g SÓ:1.0g

Gyümölcs tea (12;)

EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g
FH:0.0g SÓ:0.0g

Póréhagymás tojáskrém (3;7;)

EN:58.9kcal ZS:4.0g TZS:1.8g SZH:1.0g CK:0.8g
FH:3.1g SÓ:0.3g

Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1;)

EN:183.4kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:35.7g CK:1.2g
FH:5.8g SÓ:1.0g

Tej (7;)

EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g
SÓ:0.3g

Mátrai csemege szalámi

EN:96.0kcal ZS:9.0g TZS:3.8g SZH:0.2g CK:0.1g
FH:3.6g SÓ:0.6g

Margarin

EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g
FH:0.0g SÓ:0.1g

Korpás kenyér (1;6;)

EN:158.4kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:29.6g CK:0.6g
FH:6.2g SÓ:1.0g

TV paprika

EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g
FH:0.7g SÓ:0.0g

Epres tea

EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g
FH:0.0g SÓ:0.0g

Körözött (7;)

EN:70.4kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:1.0g
FH:4.8g SÓ:0.4g

Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g
FH:8.4g SÓ:1.2g

Zöldhagyma

EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g

Ebéd

Karottakrémléves (1;7;)

EN:152.9kcal ZS:8.4g TZS:3.9g SZH:16.1g CK:1.4g
FH:2.9g SÓ:1.0g

Píritott kenyérkocka (1;)

EN:61.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:12.4g CK:0.6g
FH:2.0g SÓ:0.1g

Tarhonyás hús (1;)

EN:509.2kcal ZS:15.3g TZS:3.7g SZH:60.2g CK:3.5g
FH:31.0g SÓ:2.4g

Vegyes vágott savanyúság * (10;12;)

EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g
SÓ:1.6g

Sertés gulyásleves (1;3;9;12;)

EN:269.6kcal ZS:10.8g TZS:1.9g SZH:25.7g CK:1.3g
FH:14.3g SÓ:2.1g

Tejberizs (7;)

EN:304.0kcal ZS:3.5g TZS:2.0g SZH:56.9g CK:18.1g
FH:11.3g SÓ:0.7g

Fahéj szórat

EN:161.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:39.5g CK:39.5g
FH:0.0g SÓ:0.0g

Félbarna kenyér (1;)

EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g
FH:2.0g SÓ:0.3g

Körte

EN:93.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:2.7g
FH:0.7g SÓ:0.0g

Erőleves (9;)

EN:96.2kcal ZS:3.2g TZS:0.9g SZH:9.5g CK:3.8g
FH:6.1g SÓ:2.4g

Levesbetét tészta (1;)

EN:118.0kcal ZS:9.3g TZS:1.0g SZH:7.2g CK:0.4g
FH:1.3g SÓ:0.3g

Házi sertés vagdalt (1;3;)

EN:248.8kcal ZS:17.8g TZS:4.0g SZH:11.9g CK:0.7g
FH:9.8g SÓ:1.7g

Kerti vegyesfőzelék (1;7;)

EN:187.0kcal ZS:5.2g TZS:1.8g SZH:26.6g CK:11.1g
FH:6.6g SÓ:1.0g

Teljes kiőrlésű kenyér (1;)

EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g
FH:3.6g SÓ:0.5g

Paradicsomleves (1;3;)

EN:180.3kcal ZS:7.6g TZS:0.9g SZH:24.1g CK:8.7g
FH:2.1g SÓ:1.9g

Brokkolis csirkeragu (7;)

EN:199.8kcal ZS:11.3g TZS:3.3g SZH:4.6g CK:1.7g
FH:19.7g SÓ:0.1g

Párolt bulgur (1;)

EN:312.5kcal ZS:3.2g TZS:0.2g SZH:59.5g CK:8.5g
FH:11.1g SÓ:0.8g

Menüsüti (7;)

EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g

Uzsonna

Zöldfűszeres vajkrém (7;)

EN:86.4kcal ZS:8.0g TZS:5.2g SZH:1.6g CK:1.0g
FH:2.0g SÓ:0.4g

Teljeskiőrlésű zsemle (1;)

EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g
FH:4.2g SÓ:0.7g

Hónapos retek

EN:1.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.0g
FH:0.1g SÓ:0.0g

Marha párizsi

EN:72.0kcal ZS:6.3g TZS:2.5g SZH:0.5g CK:0.1g
FH:3.3g SÓ:0.5g

Margarin

EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g
FH:0.0g SÓ:0.1g

Vizes zsemle (1;)

EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g
FH:3.9g SÓ:0.6g

Kígyóuborka

EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g
FH:0.5g SÓ:0.0g

Cheddar sajt (7;)

EN:161.6kcal ZS:13.3g TZS:7.6g SZH:1.2g FH:9.2g
SÓ:0.3g

Margarin

EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g
FH:0.0g SÓ:0.1g

Teljeskiőrlésű zsemle (1;)

EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g
FH:4.2g SÓ:0.7g

Lekváros táská (1;6;)

EN:167.0kcal ZS:8.3g TZS:3.9g SZH:26.1g CK:8.2g
FH:3.1g SÓ:0.1g

Alma

EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g
FH:0.8g SÓ:0.0g