

Tízórai

Tejeskávé (1;7;)

EN:150.3kcal 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 (7;)

EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g 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

Gyümölcsstea (12;)

EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g
FH:0.0g SÓ:0.0g

Póréhagymás tojáskrém (3;7;)

EN:44.0kcal ZS:3.0g TZS:1.3g SZH:0.7g CK:0.6g
FH:2.4g SÓ:0.2g

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 (7;)

EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g 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:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g
FH:0.6g SÓ:0.0g

Epres tea

EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g
FH:0.0g SÓ:0.0g

Körözött (7;)

EN:52.8kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:0.7g
FH:3.6g SÓ:0.3g

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

KarottakréMLEVES (1;7;)

EN:137.9kcal ZS:7.7g TZS:3.6g SZH:14.3g CK:1.2g
FH:2.6g SÓ:0.9g

PíRított kenyérkocka (1;)

EN:40.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:8.3g CK:0.4g
FH:1.3g SÓ:0.1g

TARHONYÁS HÚS (1;)

EN:462.1kcal ZS:13.0g TZS:2.9g SZH:60.3g CK:3.5g
FH:24.9g SÓ:2.4g

Vegyes VÁGOTT savanyúság * (10;12;)

EN:12.6kcal ZS:0.1g SZH:1.7g CK:0.7g FH:0.6g
SÓ:1.4g

Sertés gulyásleves (1;3;9;12;)

EN:183.6kcal ZS:9.7g TZS:1.5g SZH:12.6g CK:1.0g
FH:9.3g SÓ:1.7g

Tejberizs (7;)

EN:304.8kcal 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:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g
FH:0.6g SÓ:0.0g

Erőleves (9;)

EN:56.9kcal ZS:1.2g TZS:0.3g SZH:7.7g CK:2.9g
FH:3.3g SÓ:1.3g

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:164.6kcal ZS:10.7g TZS:3.1g SZH:8.5g CK:0.1g
FH:8.6g SÓ:1.2g

Kerti vegyesfőzelék (1;7;)

EN:165.4kcal ZS:4.4g TZS:1.6g SZH:24.0g CK:9.5g
FH:5.8g SÓ:0.9g

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:115.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:17.3g CK:7.7g
FH:1.5g SÓ:1.6g

Brokkolis csirkeragu (7;)

EN:174.7kcal ZS:9.9g TZS:2.9g SZH:4.0g CK:1.5g
FH:17.2g SÓ:0.1g

Párolt bulgur (1;)

EN:250.6kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:49.0g CK:7.0g
FH:9.1g SÓ:0.7g

Menüsüti (7;)

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

Uzsonna

Zöldfűszeres vajkrém (7;)

EN:64.8kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.2g CK:0.8g
FH:1.5g SÓ:0.3g

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 (7;)

EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g 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:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g
FH:0.4g SÓ:0.0g

Cheddar sajt (7;)

EN:121.2kcal ZS:10.0g TZS:5.7g SZH:0.9g FH:6.9g
SÓ:0.2g

Margarin (7;)

EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g 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

Sajtkrémes rúd (1;7;)

EN:168.7kcal ZS:8.4g TZS:3.4g SZH:17.9g CK:1.0g
FH:5.0g SÓ:0.7g