

Étlap óvodás

Óvodás (4-6 év)	Hétfő 2026.06.08.	Kedd 2026.06.09.	Szerda 2026.06.10.	Csütörtök 2026.06.11.	Péntek 2026.06.12.
--------------------	----------------------	---------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------

Reggeli

-Gyümölcsstea (E:39,3 ZS:0,5 T:0,0 F:0,3 CH:6,6 C:0,9 S:0,0)
 -Vajkrém (E:43,2 ZS:4,0 T:0,0 F:1,0 CH:0,8 C:0,0 S:0,0) (L)
 -Rozskenyér (E:262,0 ZS:0,9 T:0,5 F:7,9 CH:54,0 C:0,0 S:1,5) (G)
 -Uborka (E:9,0 ZS:0,1 T:0,0 F:0,4 CH:1,9 C:0,0 S:0,0)

S:0,8, E:195,0, ZS:3,8, T:0,3, F:5,2, CH:33,2, C:0,6, Ca:7,6

-Vaniliás tej (E:324,4 ZS:7,3 T:0,0 F:15,0 CH:43,7 C:0,0 S:0,0) (L)
 -Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
 -Rozs kifli (E:252,0 ZS:1,4 T:0,0 F:10,6 CH:49,0 C:0,0 S:0,1) (G)
 -Rágó répa (E:41,0 ZS:0,2 T:0,0 F:0,9 CH:6,8 C:4,3 S:0,0)

S:0,0, E:373,0, ZS:6,1, T:0,0, F:15,1, CH:55,2, C:2,2, Ca:16,5

-Instant tea (E:36,7 ZS:0,0 T:0,0 F:0,0 CH:8,9 C:3,6 S:0,0)
 -Körözött, (E:35,2 ZS:2,0 T:0,0 F:2,4 CH:0,5 C:0,0 S:0,0) (L)
 -Félbarna kenyér (E:384,0 ZS:1,2 T:0,0 F:10,5 CH:81,0 C:0,0 S:2,3) (G)
 -lila hagyma (E:12,6 ZS:0,0 T:0,0 F:0,3 CH:3,0 C:0,0 S:0,0)

S:0,8, E:179,0, ZS:1,6, T:0,0, F:5,0, CH:34,7, C:2,4, Ca:0,0

-Forralat tej (E:112,4 ZS:3,6 T:0,0 F:7,5 CH:11,6 C:0,0 S:0,0) (L)
 -gabonagolyó (E:223,2 ZS:0,8 T:0,0 F:5,0 CH:47,0 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:160,0, ZS:2,6, T:0,0, F:6,7, CH:26,1, C:0,0, Ca:0,0

-Gyümölcsstea (E:39,3 ZS:0,5 T:0,0 F:0,3 CH:6,6 C:0,9 S:0,0)
 -Sajtos párizsi (E:48,0 ZS:3,8 T:0,0 F:2,6 CH:0,8 C:0,0 S:0,0) (O)
 -Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
 -Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)
 -Zöldpaprika (E:21,6 ZS:0,2 T:0,0 F:0,8 CH:4,3 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:267,0, ZS:6,2, T:0,0, F:11,0, CH:32,3, C:0,6, Ca:4,2

Tízórai

-Pizzás párna (E:256,0 ZS:12,4 T:0,0 F:3,8 CH:22,0 C:0,0 S:0,0) (G)

S:0,0, E:128,0, ZS:6,2, T:0,0, F:1,9, CH:11,0, C:0,0, Ca:0,0

-Sajtkrém (E:18,2 ZS:1,4 T:0,0 F:0,8 CH:0,6 C:0,0 S:0,0) (L)
 -Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)
 -Pritamin paprika (E:16,2 ZS:0,1 T:0,0 F:0,6 CH:3,2 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:197,0, ZS:3,4, T:0,0, F:9,6, CH:27,7, C:0,0, Ca:0,0

-Kakaós csiga (E:768,0 ZS:36,9 T:0,0 F:11,4 CH:92,7 C:0,0 S:0,0) (G)
 -Gyümölcs (E:150,5 ZS:0,3 T:0,0 F:2,1 CH:32,9 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:331,0, ZS:12,5, T:0,0, F:4,9, CH:47,4, C:0,0, Ca:23,0

-Mozzarella sajt szelet (E:65,4 ZS:5,0 T:3,3 F:5,2 CH:0,1 C:0,1 S:0,2) (L)
 -Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
 -Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)
 -Uborka (E:9,0 ZS:0,1 T:0,0 F:0,4 CH:1,9 C:0,0 S:0,0)

S:0,1, E:250,0, ZS:6,6, T:2,2, F:12,5, CH:26,9, C:0,1, Ca:74,1

-Alpesi szalámi (E:226,0 ZS:20,5 T:0,0 F:8,8 CH:0,2 C:0,0 S:0,0)
 -Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
 -Rozskenyér (E:262,0 ZS:0,9 T:0,5 F:7,9 CH:54,0 C:0,0 S:1,5) (G)
 -Paradicsom (E:18,0 ZS:0,2 T:0,0 F:0,9 CH:1,3 C:0,0 S:0,0)

S:0,8, E:315,0, ZS:15,0, T:0,3, F:10,2, CH:27,8, C:0,0, Ca:4,5

Ebéd

-Kolbászos burgonyaleves (E:363,8 ZS:20,4 T:1,1 F:12,5 CH:28,6 C:1,8 S:2,0) (T)
-Rántott sajt (E:378,0 ZS:28,0 T:1,1 F:13,0 CH:18,0 C:0,0 S:0,0) (G, L, T)
-Sóskafölélek (E:369,2 ZS:12,7 T:0,9 F:9,6 CH:53,3 C:0,0 S:2,0) (L, G)
-Rozskenyér (E:262,0 ZS:0,9 T:0,5 F:7,9 CH:54,0 C:0,0 S:1,5) (G)

S:3,2, E:822,0, ZS:38,7, T:2,2, F:25,8, CH:88,7, C:1,0, Ca:157,0

-Gyümölcsleves (E:338,5 ZS:10,9 T:2,4 F:3,9 CH:50,6 C:15,9 S:0,1) (G, L, T)
-Bácskai rizseshús (E:590,6 ZS:18,3 T:0,8 F:27,4 CH:73,9 C:1,6 S:1,7)
-Cékla saláta kész (E:48,2 ZS:0,2 T:0,2 F:1,5 CH:10,5 C:6,2 S:0,5)

S:1,5, E:617,0, ZS:18,5, T:2,0, F:21,4, CH:84,6, C:13,9, Ca:22,2

-Sajtkrém leves (E:375,1 ZS:25,2 T:0,9 F:19,8 CH:16,7 C:0,6 S:0,9) (L, G, T)
-Cigánypecsenye (E:450,9 ZS:33,0 T:1,2 F:28,8 CH:7,5 C:0,0 S:0,5) (G)
-Petrezselymes burgonya (E:306,9 ZS:8,3 T:0,9 F:6,6 CH:46,7 C:0,0 S:2,0)
-Savanyú uborka (E:21,0 ZS:0,2 T:0,2 F:0,9 CH:3,5 C:3,5 S:1,7)

S:3,0, E:722,0, ZS:41,4, T:2,0, F:34,8, CH:47,3, C:2,2, Ca:230,5

- Gombaleves (E:275,1 ZS:8,6 T:0,9 F:8,6 CH:37,6 C:2,3 S:1,1) (G, T, Z)
-Sertéspörkölt (E:321,8 ZS:23,9 T:1,1 F:21,5 CH:3,8 C:1,8 S:1,4)
-Sárgaborsó főzelék (E:546,8 ZS:21,6 T:2,3 F:21,5 CH:47,4 C:0,2 S:2,0) (G)
-Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)

S:3,0, E:928,0, ZS:39,6, T:2,8, F:44,0, CH:79,7, C:2,8, Ca:80,0

-Tavaszi zöldségleves (E:102,5 ZS:3,2 T:0,3 F:3,7 CH:14,1 C:0,9 S:2,6) (Z, T)
-Bolognai spagetti (E:770,2 ZS:49,0 T:2,0 F:30,2 CH:50,4 C:3,1 S:2,2) (L, G, T)
-Gyümölcs (E:150,5 ZS:0,3 T:0,0 F:2,1 CH:32,9 C:0,0 S:0,0)

S:3,0, E:647,0, ZS:34,7, T:1,5, F:23,3, CH:58,1, C:2,5, Ca:117,8

Uzsonna

-Trappista sajt (E:74,4 ZS:5,6 T:0,0 F:5,5 CH:0,3 C:0,0 S:0,0) (L)
-Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
-Teljes kiőrlésű zsemle (E:254,0 ZS:1,7 T:0,6 F:8,6 CH:48,0 C:0,0 S:0,0) (G)
-Retek (E:15,0 ZS:0,1 T:0,0 F:1,2 CH:2,2 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:201,0, ZS:4,9, T:0,3, F:8,1, CH:35,3, C:0,0, Ca:85,1

-Zabkeksz (E:2,6 ZS:0,1 T:0,0 F:0,1 CH:0,4 C:0,0 S:0,0) (G)
-Gyümölcs (E:150,5 ZS:0,3 T:0,0 F:2,1 CH:32,9 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:78,0, ZS:0,2, T:0,0, F:1,1, CH:16,0, C:0,0, Ca:23,0

-Mézés pulyka szelet (E:66,6 ZS:1,7 T:0,0 F:10,2 CH:2,5 C:0,0 S:0,0) (O)
-Tökmagos zsemle (E:90,6 ZS:0,2 T:0,0 F:3,1 CH:18,5 C:0,0 S:0,0) (G)
-Uborka (E:9,0 ZS:0,1 T:0,0 F:0,4 CH:1,9 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:141,0, ZS:1,4, T:0,0, F:10,1, CH:21,3, C:0,0, Ca:20,4

-Málna-vanília ízű párna (E:35,3 ZS:1,4 T:0,7 F:0,6 CH:5,1 C:1,1 S:0,1) (G, L, T)
-Narancs (E:70,5 ZS:0,2 T:0,0 F:1,4 CH:14,1 C:0,0 S:0,0)

S:0,1, E:70,0, ZS:1,5, T:0,7, F:1,3, CH:12,1, C:1,1, Ca:30,0

-Puding (E:980,0 ZS:24,0 T:16,0 F:22,0 CH:170,0 C:130,0 S:1,4) (L)
-Kifli (E:7,8 ZS:0,1 T:0,0 F:0,7 CH:3,5 C:0,0 S:0,0) (G)

S:1,4, E:984,0, ZS:24,0, T:16,0, F:22,4, CH:171,7, C:130,0, Ca:0,0

Összesen

S:3,9, E:1 346,0, ZS:53,6, T:2,7, F:40,9,
CH:158,1, C:1,6, Ca:249,7

S:1,5, E:1 265,0, ZS:28,3, T:2,0, F:47,3,
CH:184,4, C:16,1, Ca:61,6

S:3,8, E:1 373,0, ZS:56,8, T:2,0, F:54,8,
CH:150,8, C:4,6, Ca:273,8

S:3,2, E:1 408,0, ZS:50,3, T:5,8, F:64,4,
CH:144,8, C:4,0, Ca:184,1

S:5,2, E:2 213,0, ZS:79,9, T:17,7,
F:66,9, CH:289,8, C:133,1, Ca:126,5

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
T: tojás, fehérje H: halak S: szezám K: szulfitok, kéndioxid
F: földimogyoró O: szója

Étlap óvodás

Óvodás

(4-6 év)

Hétfő

2026.06.15.

Kedd

2026.06.16.

Szerda

2026.06.17.

Csütörtök

2026.06.18.

Péntek

2026.06.19.

Reggeli

-Tea (E:65,1 ZS:1,0 T:0,0 F:5,2 CH:10,3 C:0,0 S:0,0)
-Sertés májkrém (E:382,8 ZS:7,3 T:0,0 F:17,6 CH:4,7 C:0,0 S:0,6) (H)
-Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)
-lila hagyma (E:12,6 ZS:0,0 T:0,0 F:0,3 CH:3,0 C:0,0 S:0,0)

S:0,6, E:606,0, ZS:10,4, T:0,0, F:29,7, CH:38,3, C:0,0, Ca:0,0

-Forralat tej (E:112,4 ZS:3,6 T:0,0 F:7,5 CH:11,6 C:0,0 S:0,0) (L)
-Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
-Sajtos stangli (E:231,0 ZS:7,5 T:4,8 F:5,0 CH:26,0 C:0,9 S:0,2) (G)

S:0,2, E:325,0, ZS:10,6, T:4,8, F:9,7, CH:33,3, C:0,9, Ca:0,0

-Instant tea (E:36,7 ZS:0,0 T:0,0 F:0,0 CH:8,9 C:3,6 S:0,0)
-Turista felvágott (E:130,2 ZS:11,6 T:0,0 F:6,3 CH:0,6 C:0,0 S:0,0)
-Fehér kenyér (E:257,0 ZS:0,8 T:0,0 F:7,1 CH:54,0 C:0,0 S:1,5) (G)
-Paradicsom (E:18,0 ZS:0,2 T:0,0 F:0,9 CH:1,3 C:0,0 S:0,0)

S:0,8, E:249,0, ZS:8,2, T:0,0, F:8,2, CH:34,0, C:2,4, Ca:4,5

-tejeskávé (E:168,0 ZS:3,0 T:0,0 F:7,0 CH:24,6 C:0,0 S:0,0) (L)
-Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
-Vajas kifli (E:144,8 ZS:0,4 T:0,0 F:5,4 CH:31,5 C:0,0 S:0,0) (G)

S:0,0, E:201,0, ZS:2,9, T:0,0, F:7,1, CH:31,1, C:0,0, Ca:0,0

-Tea (E:65,1 ZS:1,0 T:0,0 F:5,2 CH:10,3 C:0,0 S:0,0)
-Főtt kolbász (E:434,7 ZS:35,1 T:0,0 F:23,4 CH:1,9 C:0,0 S:0,0) (M)
-Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)
-mustár (E:11,8 ZS:0,4 T:0,0 F:0,3 CH:0,7 C:0,0 S:0,0) (M)

S:0,0, E:515,0, ZS:26,7, T:0,0, F:27,8, CH:33,8, C:0,0, Ca:30,0

Tízórai

-Túrós-epres párna (E:35,3 ZS:1,4 T:0,7 F:0,6 CH:5,1 C:1,1 S:0,1) (G, L, T)
-Gyümölcs (E:150,5 ZS:0,3 T:0,0 F:2,1 CH:32,9 C:0,0 S:0,0)

S:0,1, E:110,0, ZS:1,6, T:0,7, F:1,6, CH:21,5, C:1,1, Ca:23,0

-Tepertő krém (E:515,0 ZS:52,9 T:0,6 F:9,1 CH:2,1 C:0,0 S:2,0) (T, M)
-Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
-Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)
-Sárgarépa (E:41,0 ZS:0,2 T:0,0 F:0,9 CH:6,8 C:4,3 S:0,0)

S:1,3, E:564,0, ZS:38,6, T:0,4, F:15,2, CH:30,5, C:2,2, Ca:18,0

-sajtos croissant (E:173,0 ZS:6,0 T:0,0 F:2,3 CH:13,1 C:0,0 S:0,0) (G)
-Gyümölcs (E:150,5 ZS:0,3 T:0,0 F:2,1 CH:32,9 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:162,0, ZS:3,2, T:0,0, F:2,2, CH:23,0, C:0,0, Ca:23,0

-Müzli szelet (E:89,6 ZS:0,4 T:0,0 F:0,3 CH:2,8 C:0,0 S:0,0) (G, L, O)
-Gyümölcspüré (E:6,1 ZS:0,0 T:0,0 F:0,0 CH:1,4 C:1,3 S:0,0)

S:0,0, E:96,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,3, CH:4,2, C:1,3, Ca:0,0

-Teavaj (E:0,0 ZS:0,0 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
-Tökmagos zsemle (E:90,6 ZS:0,2 T:0,0 F:3,1 CH:18,5 C:0,0 S:0,0) (G)
-Retek (E:15,0 ZS:0,1 T:0,0 F:1,2 CH:2,2 C:0,0 S:0,0)

S:0,0, E:98,0, ZS:0,3, T:0,0, F:3,7, CH:19,6, C:0,0, Ca:16,5

Ebéd

-Csontleves (E:261,0 ZS:7,7 T:0,0 F:20,1 CH:29,2 C:2,2 S:0,8) (T, Z)
-Sült kolbász (E:456,0 ZS:39,4 T:0,6 F:22,8 CH:0,5 C:0,0 S:0,0)
-Fejtettbab főzelék (E:749,9 ZS:45,7 T:4,5 F:20,0 CH:63,7 C:0,3 S:1,0) (L, G)
-Burgonya kenyér (E:246,0 ZS:0,8 T:0,0 F:7,1 CH:51,0 C:0,0 S:1,5)

S:1,8, E:1 045,0, ZS:59,6, T:3,2, F:42,8, CH:82,3, C:1,4, Ca:60,9

-Halgaluska leves (E:340,8 ZS:20,9 T:2,1 F:15,3 CH:22,3 C:3,5 S:2,2) (G, L, M, Z, T, H)
-Borsos sertés tokány (E:226,4 ZS:12,8 T:0,8 F:20,4 CH:6,1 C:0,7 S:2,1) (G)
-Tészta köret (E:327,0 ZS:10,9 T:1,1 F:8,1 CH:48,0 C:0,0 S:0,3) (G)

S:2,8, E:558,0, ZS:27,4, T:2,4, F:27,2, CH:48,6, C:2,4, Ca:29,1

-Gulyásleves (E:431,2 ZS:13,9 T:0,0 F:34,6 CH:37,6 C:2,5 S:2,2) (Z, T)
-Meggyes rétes db (E:714,0 ZS:15,0 T:0,0 F:5,7 CH:134,4 C:0,0 S:0,0) (G, T)
-Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)

S:1,2, E:661,0, ZS:15,4, T:0,0, F:30,4, CH:92,0, C:1,4, Ca:15,0

-Karatlábéleves (E:134,6 ZS:3,3 T:0,3 F:3,7 CH:19,4 C:4,0 S:0,7) (Z, G, T)
-Fokhagymás aprópecsenye (E:345,4 ZS:26,9 T:0,8 F:21,9 CH:2,3 C:0,5 S:1,5)
-Paradicsomos burgonyafőzelék (E:522,4 ZS:20,6 T:2,3 F:7,6 CH:72,5 C:0,4 S:2,0) (G)
-Teljes kiőrlésű kenyér (E:176,4 ZS:2,5 T:0,0 F:8,8 CH:25,7 C:0,0 S:0,0) (G)

S:2,6, E:803,0, ZS:34,6, T:2,1, F:29,8, CH:83,6, C:2,9, Ca:36,5

-Ebéd uticsomag (E:3800,0 ZS:168,4 T:0,0 F:158,7 CH:382,9 C:0,5 S:9,3) (G, T, M, L, O)

S:9,3, E:3 800,0, ZS:168,4, T:0,0, F:158,7, CH:382,9, C:0,5, Ca:5,6

Uzsonna

-Gomolya sajt szelet (E:55,6 ZS:4,4 T:2,9 F:3,6 CH:0,4 C:0,0 S:0,4) (L)
-Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
-Vágott zsemle (E:8,0 ZS:0,0 T:0,0 F:0,3 CH:1,6 C:0,0 S:0,0) (G)
-Pritamin paprika (E:16,2 ZS:0,1 T:0,0 F:0,6 CH:3,2 C:0,0 S:0,0)

-Meggyes rétes db (E:714,0 ZS:15,0 T:0,0 F:5,7 CH:134,4 C:0,0 S:0,0) (G, T)
-Körte (E:151,5 ZS:0,6 T:0,0 F:1,1 CH:32,3 C:0,0 S:0,0)

-Vajkrém (E:43,2 ZS:4,0 T:0,0 F:1,0 CH:0,8 C:0,0 S:0,0) (L)
-rozsos zsemle (E:378,0 ZS:2,1 T:0,0 F:15,6 CH:73,5 C:0,0 S:0,0) (G)
-Uborka (E:9,0 ZS:0,1 T:0,0 F:0,4 CH:1,9 C:0,0 S:0,0)

-Torrero szalámi (E:101,6 ZS:8,8 T:3,4 F:3,6 CH:0,3 C:0,1 S:0,7)
-Margarin csésze (E:36,0 ZS:1,2 T:0,0 F:0,0 CH:0,0 C:0,0 S:0,0)
-Zsemle (E:151,0 ZS:0,4 T:0,0 F:5,1 CH:30,8 C:0,0 S:0,0) (G)
-Karatlábé (E:27,0 ZS:0,1 T:0,0 F:1,7 CH:2,3 C:2,3 S:0,1)

-Pogácsa (E:306,0 ZS:15,8 T:0,0 F:5,7 CH:33,0 C:0,0 S:0,0) (G)
-Gyümölcs (E:150,5 ZS:0,3 T:0,0 F:2,1 CH:32,9 C:0,0 S:0,0)

Összesen

S:2,8, E:1 835,0, ZS:75,3, T:5,9, F:77,0,
CH:144,9, C:2,5, Ca:137,2

S:4,3, E:1 762,0, ZS:81,9, T:7,6, F:54,6,
CH:173,3, C:5,5, Ca:47,2

S:2,0, E:1 235,0, ZS:30,5, T:0,0, F:47,1,
CH:175,2, C:3,8, Ca:49,2

S:3,1, E:1 281,0, ZS:44,9, T:4,4, F:43,0,
CH:135,7, C:5,4, Ca:48,5

S:9,3, E:4 794,0, ZS:211,3, T:0,0,
F:196,9, CH:485,8, C:0,5, Ca:75,1

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
T: tojás, fehérje H: halak S: szezám
F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid