

Tízórai

Gyümölcs tea

EN: 32.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;

Zöldfűszeres margarin

EN: 54.6 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g;

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;

Málna 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;

Házi babkrém

EN: 49.0 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.7 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.5 g;

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;

Jégcsapretek

EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;

Gyümölcs tea

EN: 32.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;

Sertés párizsi

EN: 69.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.6 g;

Margarin

EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;

Citromos tea

EN: 32.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 8.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;

Csirkemell sonka

EN: 27.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.2 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.8 g;

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;

Jégcsapretek

EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;

Margarin

EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;

Ebéd

Francia hagymaleves

EN: 77.8 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 0.5 g; SZH: 8.2 g; CK: 1.1 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.7 g;

Pírtott kenyérfocoka (1;)

EN: 26.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.1 g; CK: 0.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g;

Sült csirkemell

EN: 138.9 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 1.1 g;

Párolt zöldbab 1/2

EN: 59.5 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 10.2 g; CK: 0.0 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.4 g;

Rizs köret 1/2

EN: 195.5 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 0.4 g; SZH: 37.3 g; CK: 0.0 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.4 g;

Vegyes gyümölcsleves

EN: 114.1 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.1 g; SZH: 26.3 g; CK: 15.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.5 g;

Csirkepaprikás (1;)

EN: 185.6 kcal; ZS: 10.4 g; TZS: 2.0 g; SZH: 6.9 g; CK: 0.8 g; FH: 15.4 g; SÓ: 0.9 g;

Főtt tészta (1;)

EN: 265.0 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 0.9 g; SZH: 43.2 g; CK: 2.1 g; FH: 7.3 g; SÓ: 0.0 g;

Káposztasaláta

EN: 16.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 2.0 g; CK: 1.2 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.6 g;

Almás sütemény (1;)

EN: 162.9 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 0.5 g; SZH: 29.6 g; CK: 10.4 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.2 g;

Zöldborsóleves (1;)

EN: 138.2 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 14.5 g; CK: 1.3 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.3 g;

Óvári sertésszelet diétás (1;)

EN: 276.8 kcal; ZS: 17.9 g; TZS: 4.7 g; SZH: 5.6 g; CK: 0.3 g; FH: 23.4 g; SÓ: 0.6 g;

Burgonyapüré (12;)

EN: 220.9 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.5 g; SZH: 41.2 g; CK: 3.0 g; FH: 4.8 g; SÓ: 1.1 g;

Orjaleves (1;)

EN: 99.5 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.9 g; SZH: 11.9 g; CK: 3.4 g; FH: 5.5 g; SÓ: 2.3 g;

Székelykáposzta (1;)

EN: 289.9 kcal; ZS: 21.6 g; TZS: 5.2 g; SZH: 10.5 g; CK: 0.0 g; FH: 13.2 g; SÓ: 3.6 g;

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN: 158.6 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.6 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g;

Nektarin

EN: 39.2 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.1 g; CK: 6.3 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.0 g;

Uzsonna

Zala felvágott

EN: 72.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.1 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.7 g;

Margarin

EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;

vizes zsemle (1;)

EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g;

Paprika

EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g;

Házi csirkehúskrém

EN: 78.2 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 2.2 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.2 g;

vizes kifli (1;)

EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g;

Kígyóuborka

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

Kapros margarin

EN: 54.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g;

vizes zsemle (1;)

EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g;

Paprika

EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g;

Brokkolikrém

EN: 86.4 kcal; ZS: 9.1 g; TZS: 4.2 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.3 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.3 g;

vizes kifli (1;)

EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; SÓ: 0.6 g;