



Csipkebokor Óvoda



Heti étlap 2023.06.05. - 2023.06.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(05602) ÉT. Tejmentes Óvi	Tízórai	Egyenes kifli, Pizzás húskrém, Barackos tea	Zsemle, Minimargarin, Baromfi párizsi , Paradicsom, Citromos tea	Zsemle, Minimargarin, Minidzsem , Gyümölcs tea kf.	Zsemle, Minimargarin, Olasz felvágott, Citromos tea	Zsemle, Snidlinges margarinkrém, Kígyóborka, Citromos tea
		Energia: 201.04 Kcal / 840.35 KJ	Energia: 277.16 Kcal / 1,158.53 KJ	Energia: 297.61 Kcal / 1,244.01 KJ	Energia: 311.52 Kcal / 1,302.15 KJ	Energia: 312.83 Kcal / 1,307.63 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		5.74 g5.19 g1.97 g	6.74 g10.88 g3.32 g	4.64 g7.48 g2.11 g	7.97 g13.45 g4.36 g	5.01 g14.54 g4.02 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		32.36 g7.42 g1.15 g	37.56 g7.17 g0.90 g	52.33 g20.57 g0.51 g	39.13 g8.99 g1.16 g	40.17 g8.99 g0.61 g
		1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)
	Ebéd	Karalábéleves , Burgonya főzelék , Aprópecsenye, Zsemle	Hagymakrémleves, metélt tésztával, Tavaszi rizses hús, Savanyú	Nyári zöldségleves, Zöldbabfőzelék Tej-m, Húspogácsa, Zsemle, Almás pite	Paradicsomleves, betűtésztával, Gyros csirkecombfilé , Vajas tört burgonya, Uborka saláta	Tordai betyárleves, Tejberizs rizstejjel, , fahéjas szórát , Narancs, Zsemle
		Energia: 634.34 Kcal / 2,651.54 KJ	Energia: 645.89 Kcal / 2,699.82 KJ	Energia: 900.63 Kcal / 3,764.63 KJ	Energia: 606.11 Kcal / 2,533.54 KJ	Energia: 942.22 Kcal / 3,938.48 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		30.15 g19.60 g3.19 g	23.35 g15.00 g2.12 g	33.20 g45.09 g12.69 g	30.31 g13.96 g3.00 g	22.65 g10.42 g2.25 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		84.70 g0.00 g2.04 g	103.41 g5.75 g1.73 g	88.82 g9.19 g1.89 g	88.33 g24.98 g2.40 g	188.02 g41.46 g2.71 g
		1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)	1,12,(9)	1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)	1,12,15,(3),(7)	1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)
	Uzsonna	Zsemle, Kenőmájas, Zöldpaprika	Zsemle, Minimargarin, Csemege szalámi	Zsemle, Minimargarin, Csirkemell sonka, Zöldpaprika	Zsemle, Minimargarin, Zala felvágott, Kígyóborka	Zsemle, Minimargarin, Miniméz
		Energia: 186.50 Kcal / 779.57 KJ	Energia: 259.02 Kcal / 1,082.70 KJ	Energia: 228.04 Kcal / 953.21 KJ	Energia: 271.87 Kcal / 1,136.42 KJ	Energia: 267.75 Kcal / 1,119.20 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		6.32 g4.17 g1.87 g	6.08 g12.83 g4.31 g	7.52 g8.39 g2.39 g	8.38 g12.85 g4.27 g	4.36 g7.43 g2.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		30.62 g0.00 g0.84 g	29.55 g0.05 g0.90 g	30.20 g0.00 g0.94 g	30.29 g0.00 g1.11 g	45.40 g16.20 g0.50 g
		1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)





Csipkebokor Óvoda

Heti étlap 2023.06.05. - 2023.06.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(05620) Ét. Glutén diéta	Tízórai	Gluténm. kenyér, Pizzás húskrém, Citromos tea	Gluténm. kenyér, Teavaj, Paradicsom, Forralt tej	Gluténm. kenyér, Magyaros túrókrém, Gyümölcs tea	Gluténm. kenyér, Minimargarin, Olasz felvágott, Forralt tej	Gluténm. kenyér, Pórégagymás sajtkrém, Citromos tea
		Energia: 273.89 Kcal / 1,144.86 KJ	Energia: 436.64 Kcal / 1,825.16 KJ	Energia: 299.32 Kcal / 1,251.16 KJ	Energia: 407.00 Kcal / 1,701.26 KJ	Energia: 331.91 Kcal / 1,387.38 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		2.83 g9.38 g1.92 g	7.65 g23.36 g8.16 g	4.75 g9.07 g2.76 g	9.81 g19.72 g5.75 g	4.07 g11.11 g4.14 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		43.61 g9.17 g0.51 g	47.23 g2.02 g0.31 g	48.44 g14.01 g0.18 g	46.81 g2.02 g0.85 g	53.34 g17.01 g0.42 g
		(1),(3),(7)	7	7	7	7
	Ebéd	Karalábéleves , Tejfölös burgonya főzelék , Aprópecsenye	Hagymakrémleves, metélt tésztával, Tavaszi rizses hús, Savanyú	Nyári zöldségleves, Zöldbabfőzelék Tejm, Húspogácsa, Banán	Paradicsomleves, Gluténm. betűtészta, Gyros csirkecombfilé , Vajas tört burgonya, Uborka saláta	Tordai betyárleves, Tejberizs rizstejjel,, fahéjas szórát , Narancs
		Energia: 506.01 Kcal / 2,115.12 KJ	Energia: 643.67 Kcal / 2,690.54 KJ	Energia: 773.91 Kcal / 3,234.94 KJ	Energia: 600.09 Kcal / 2,508.38 KJ	Energia: 803.44 Kcal / 3,358.38 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		26.07 g20.37 g3.60 g	22.83 g15.01 g2.14 g	28.50 g39.83 g10.24 g	29.73 g13.95 g3.02 g	18.39 g9.99 g2.04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		55.14 g0.00 g1.65 g	103.28 g5.75 g1.74 g	73.18 g0.00 g1.55 g	87.37 g24.98 g2.36 g	158.86 g41.46 g2.31 g
		7,12,(1),(3)	12,(9)	12,(1),(3),(7)	3,12,15,(1),(7)	12,(1),(3),(7)
	Uzsonna	Abonett, Minimargarin, Trappista sajt, Zöldpaprika	Abonett, Minimargarin, Csemege szalámi	Abonett, Minimargarin, Csirkemell sonka, Zöldpaprika	Hamlett, Minimargarin, Zala felvágott, Kígyóuborka	Abonett, Minimargarin, Miniméz
		Energia: 193.73 Kcal / 809.79 KJ	Energia: 172.14 Kcal / 719.55 KJ	Energia: 123.86 Kcal / 517.73 KJ	Energia: 148.39 Kcal / 620.27 KJ	Energia: 180.87 Kcal / 756.04 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		8.05 g13.18 g5.56 g	4.07 g12.90 g4.19 g	4.76 g8.29 g2.24 g	3.62 g10.82 g3.37 g	2.35 g7.50 g1.99 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		9.96 g0.00 g0.71 g	9.39 g0.05 g0.62 g	7.04 g0.00 g0.62 g	8.21 g0.00 g0.51 g	25.24 g16.20 g0.22 g
		6,7,(5)	6,(5)	6,(5)		6,(5)





Csipkebokor Óvoda



Heti étlap 2023.06.05. - 2023.06.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(05621) Ét. glutén-tej diéta	Tízórai															
		Gluténm. kenyér, Pizzás húskrém, Citromos tea			Gluténm. kenyér, Paradicsom , Zöldfűszeres margarinkrém, Gyümölcs tea			Gluténm. kenyér, Minimargarin, Minidzsem , Gyümölcs tea			Gluténm. kenyér, Minimargarin, Olasz felvágott, Gyümölcs tea kf.			Gluténm. kenyér, Snidlinges margarinkrém, Kígyóuborka, Citromos tea		
		Energia: 273.89 Kcal / 1,144.86 KJ			Energia: 383.92 Kcal / 1,604.79 KJ			Energia: 378.11 Kcal / 1,580.50 KJ			Energia: 363.18 Kcal / 1,518.09 KJ			Energia: 373.25 Kcal / 1,560.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.83 g	9.38 g	1.92 g	1.28 g	19.84 g	4.53 g	0.97 g	12.77 g	2.62 g	4.47 g	18.77 g	4.87 g	1.34 g	19.83 g	4.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		43.61 g	9.17 g	0.51 g	49.25 g	14.01 g	0.24 g	63.92 g	27.59 g	0.15 g	43.42 g	9.01 g	0.80 g	46.76 g	11.01 g	0.25 g
	(1),(3),(7)			(12)			(12)			(12)			(12)			
	Ebéd	Karlábéleves , Burgonya főzelék , Aprópecsenye			Hagymakrémleves, metélt tésztával, Tavaszi rizses hús, Savanyú			Nyári zöldségleves, Zöldbabfőzelék Tej,m, Húspogácsa, Banán			Paradicsomleves, Gluténm. betűtészta, Gyros csirkecombfilé , Vajas tört burgonya, Uborka saláta			Tordai betyárleves, Tejberizs rizstejjel,, ,fahéjas szórát , Narancs		
		Energia: 495.56 Kcal / 2,071.44 KJ			Energia: 643.67 Kcal / 2,690.54 KJ			Energia: 773.91 Kcal / 3,234.94 KJ			Energia: 600.09 Kcal / 2,508.38 KJ			Energia: 803.44 Kcal / 3,358.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.89 g	19.17 g	2.98 g	22.83 g	15.01 g	2.14 g	28.50 g	39.83 g	10.24 g	29.73 g	13.95 g	3.02 g	18.39 g	9.99 g	2.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		55.54 g	0.00 g	1.64 g	103.28 g	5.75 g	1.74 g	73.18 g	0.00 g	1.55 g	87.37 g	24.98 g	2.36 g	158.86 g	41.46 g	2.31 g
		12,(1),(3),(7)			12,(9)			12,(1),(3),(7)			3,12,15,(1),(7)			12,(1),(3),(7)		
	Uzsonna	Abonett, Kenőmájás, Zöldpaprika			Abonett, Minimargarin, Csemege szalámi			Abonett, Minimargarin, Csirkemell sonka, Zöldpaprika			Hamlett, Minimargarin, Zala felvágott, Kígyóuborka			Abonett, Minimargarin, Miniméz		
		Energia: 101.58 Kcal / 424.60 KJ			Energia: 172.14 Kcal / 719.55 KJ			Energia: 123.86 Kcal / 517.73 KJ			Energia: 170.79 Kcal / 713.90 KJ			Energia: 180.87 Kcal / 756.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.43 g	4.27 g	1.75 g	4.07 g	12.90 g	4.19 g	4.76 g	8.29 g	2.24 g	4.92 g	12.62 g	4.09 g	2.35 g	7.50 g	1.99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		10.76 g	0.00 g	0.56 g	9.39 g	0.05 g	0.62 g	7.04 g	0.00 g	0.62 g	8.46 g	0.00 g	0.71 g	25.24 g	16.20 g	0.22 g
6,(5)			6,(5)			6,(5)			6,(5)			6,(5)				





Csipkebokor Óvoda



Heti étlap 2023.06.05. - 2023.06.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(05623) Ét. tej- tojásmentes	Tízórai	Hot dog ketchuppal, Barackos tea	Zsemle, Minimargarin, Csirkemell sonka, Paradicsom, Citromos tea	Zsemle, Minimargarin, Minidzsem , Gyümölcs tea kf.	Zsemle, Minimargarin, Olasz felvágott, Citromos tea	Zsemle, Snidlinges margarinkrém, Kígyóborka, Citromos tea
		Energia: 294.08 Kcal / 1,229.25 KJ	Energia: 258.36 Kcal / 1,079.94 KJ	Energia: 297.61 Kcal / 1,244.01 KJ	Energia: 279.38 Kcal / 1,167.81 KJ	Energia: 304.29 Kcal / 1,271.93 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		8.86 g11.06 g2.35 g	7.54 g8.38 g2.40 g	4.64 g7.48 g2.11 g	6.74 g11.44 g3.61 g	4.98 g14.53 g4.02 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		39.68 g11.54 g1.90 g	37.64 g6.99 g0.94 g	52.33 g20.57 g0.51 g	36.86 g6.99 g0.94 g	38.11 g6.99 g0.61 g
		1,6,(5),(8),(9),(10),(11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)
	Ebéd	Karalábéleves , Burgonya főzelék , Aprópecsenye, Zsemle	Hagymakrémleves, metélt tésztával, Tavaszi rizses hús, Savanyú	Nyári zöldségleves, Zöldbabfőzelék Tej-m, Húspogácsa, Zsemle, Almás pite	Paradicsomleves, betűtésztával, Gyros csirkecombfilé , Vajas tört burgonya, Uborka saláta	Tordai betyárleves, Tejberizs rizstejjel, , fahéjas szórát , Narancs, Zsemle
		Energia: 634.34 Kcal / 2,651.54 KJ	Energia: 645.89 Kcal / 2,699.82 KJ	Energia: 900.63 Kcal / 3,764.63 KJ	Energia: 606.11 Kcal / 2,533.54 KJ	Energia: 942.22 Kcal / 3,938.48 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		30.15 g19.60 g3.19 g	23.35 g15.00 g2.12 g	33.20 g45.09 g12.69 g	30.31 g13.96 g3.00 g	22.65 g10.42 g2.25 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		84.70 g0.00 g2.04 g	103.41 g5.75 g1.73 g	88.82 g9.19 g1.89 g	88.33 g24.98 g2.40 g	188.02 g41.46 g2.71 g
		1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)	1,12,(9)	1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)	1,12,15,(3),(7)	1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)
	Uzsonna	Zsemle, Kenőmájas, Zöldpaprika	Zsemle, Minimargarin, Csemege szalámi	Zsemle, Minimargarin, Csirkemell sonka, Zöldpaprika	Zsemle, Minimargarin, Zala felvágott, Kígyóborka	Zsemle, Minimargarin, Miniméz
		Energia: 186.50 Kcal / 779.57 KJ	Energia: 259.02 Kcal / 1,082.70 KJ	Energia: 228.04 Kcal / 953.21 KJ	Energia: 249.47 Kcal / 1,042.78 KJ	Energia: 267.75 Kcal / 1,119.20 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		6.32 g4.17 g1.87 g	6.08 g12.83 g4.31 g	7.52 g8.39 g2.39 g	7.08 g11.05 g3.55 g	4.36 g7.43 g2.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		30.62 g0.00 g0.84 g	29.55 g0.05 g0.90 g	30.20 g0.00 g0.94 g	30.04 g0.00 g0.91 g	45.40 g16.20 g0.50 g
		1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)





Csipkebokor Óvoda



Heti étlap 2023.06.05. - 2023.06.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(05658) Ét. laktózmentes *	Tízórai	Egyenes kifli, Pizzás húskrém, Barackos tea	Zsemle, Minimargarin, Csirkemell sonka, Paradicsom, Citromos tea	Zsemle, Minimargarin, Minidzsem , Gyümölcs tea kf.	Zsemle, Minimargarin, Olasz felvágott, Citromos tea	Zsemle, Snidlinges margarinkrém, Kígyóborka, Citromos tea
		Energia: 201.04 Kcal / 840.35 KJ	Energia: 258.36 Kcal / 1,079.94 KJ	Energia: 297.61 Kcal / 1,244.01 KJ	Energia: 311.52 Kcal / 1,302.15 KJ	Energia: 312.83 Kcal / 1,307.63 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		5.74 g5.19 g1.97 g	7.54 g8.38 g2.40 g	4.64 g7.48 g2.11 g	7.97 g13.45 g4.36 g	5.01 g14.54 g4.02 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		32.36 g7.42 g1.15 g	37.64 g6.99 g0.94 g	52.33 g20.57 g0.51 g	39.13 g8.99 g1.16 g	40.17 g8.99 g0.61 g
		1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)
	Ebéd	Karalábéleves , Burgonya főzelék , Aprópecsenye, Zsemle	Hagymakrémleves, metélt tésztával, Tavaszi rizses hús, Savanyú	Nyári zöldségleves, Zöldbabfőzelék Tejm, Húspogácsa, Zsemle, Almás pite	Paradicsomleves, betűtésztával, Gyros csirkecombfilé , Vajas tört burgonya, Uborka saláta	Tordai betyárleves, Tejberizs rizstejjel, , fahéjas szórát , Narancs, Zsemle
		Energia: 634.34 Kcal / 2,651.54 KJ	Energia: 645.89 Kcal / 2,699.82 KJ	Energia: 900.63 Kcal / 3,764.63 KJ	Energia: 606.11 Kcal / 2,533.54 KJ	Energia: 942.22 Kcal / 3,938.48 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		30.15 g19.60 g3.19 g	23.35 g15.00 g2.12 g	33.20 g45.09 g12.69 g	30.31 g13.96 g3.00 g	22.65 g10.42 g2.25 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		84.70 g0.00 g2.04 g	103.41 g5.75 g1.73 g	88.82 g9.19 g1.89 g	88.33 g24.98 g2.40 g	188.02 g41.46 g2.71 g
		1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)	1,12,(9)	1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)	1,12,15,(3),(7)	1,6,12,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11)
	Uzsonna	Zsemle, Kenőmájas, Zöldpaprika	Zsemle, Minimargarin, Csemege szalámi	Zsemle, Minimargarin, Csirkemell sonka, Zöldpaprika	Zsemle, Minimargarin, Zala felvágott, Kígyóborka	Zsemle, Minimargarin, Miniméz
		Energia: 186.50 Kcal / 779.57 KJ	Energia: 259.02 Kcal / 1,082.70 KJ	Energia: 228.04 Kcal / 953.21 KJ	Energia: 271.87 Kcal / 1,136.42 KJ	Energia: 267.75 Kcal / 1,119.20 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		6.32 g4.17 g1.87 g	6.08 g12.83 g4.31 g	7.52 g8.39 g2.39 g	8.38 g12.85 g4.27 g	4.36 g7.43 g2.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		30.62 g0.00 g0.84 g	29.55 g0.05 g0.90 g	30.20 g0.00 g0.94 g	30.29 g0.00 g1.11 g	45.40 g16.20 g0.50 g
		1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)	1,6,(3),(5),(7),(8),(9),(10), (11),(12)

A glutén diéta gluténm. alapanyagokból készül, de nyomokban glutént tartalmaz.
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

