

Szerb Iskola Sertéshús mentes(alsós)

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Tízórai	Tej 2 dl ₇ , Csíkoska _{1,3,7}	Tejeskávé 2 dl ₇ , Kígyóboka, Natúr vajkrém ₇ , korpás kenyér ₁	Tea, Főtt tojás ₃ , Delma szendvics margarin 20%, Zöldhagyma, félbarna kenyér _{1,6}	Kakaó ₇ , Kalács _{1,3,5,7,8,11}	Tea, pulyka felvágott Kométa ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Fehér kenyér ₁
Ebéd	Burgonyaleves _{1,9} , Sárgarépafozelék _{1,7} , Vagdalt pulykából _{1,3}	Őszibarackleves _{1,7} , Mexikói pulykaragu ₁ , Párolt rizs	Csirkeragu leves _{1,3,9} , Túrós csusza tepertő _{1,3,7} , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves _{1,3,9} , Mustáros halfilé _{1,4,10} , Burgonyapüré ₇	Zöldséges tarhonyaleves _{1,3} , Rakott brokkoli ₇ , Pogácsa mini _{1,3,7}
Energia:	932,33kcal	944,66kcal	859,48kcal	911,70kcal	1 001,87kcal
Zsír:	38,09g	33,57g	32,76g	28,44g	43,63g
Telített zsírsav:	5,32g	8,65g	3,55g	5,11g	6,02g
Fehérje:	32,73g	31,57g	33,49g	30,66g	33,31g
Szénhidrát:	110,77g	123,96g	104,95g	130,71g	110,83g
Hozzáadott cukor:	5,99g	18,98g	5,99g	23,48g	5,99g
Só:	4,22g	3,33g	2,93g	3,39g	5,75g
Ca:	111,55mg	51,10mg	90,20mg	61,20mg	81,01mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Iskola-Deszk(alsó tagozat)

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Tízórai	Tej 2 dl ₇ , Csíkoska _{1,3,7}	Tejeskávét 2 dl ₇ , Kígyóboka, Natúr vajkrém ₇ , korpás kenyér ₁	Tea, Főtt tojás ₃ , Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6} , Zöldhagyma	Kakaó ₇ , Kalács _{1,3,5,7,8,11}	Tea, pulyka felvágott Kométa ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Fehér kenyér ₁
Ebéd	Burgonyaleves _{1,9} , Sárgarépafozelék _{1,7} , Vagdalt pogácsa _{1,3}	Őszibarackleves _{1,7} , Mexikói pulykaragu ₁ , Párolt rizs	Sertésragu leves _{1,3} , Túrós csusza tepertővel _{1,3,7} , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves _{1,3,9} , Mustáros halfilé _{1,4,10} , Burgonyapüré ₇	Zöldséges tarhonyaleves _{1,3} , Rakott brokkoli ₇ , Pogácsa mini _{1,3,7}
Uzsonna	Párizsi EFEF, Lilahagyma, Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6}	pulykamell sonka, Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6}	Csirkejő baromfirúd, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlésű kenyér ₁	Retek, Reszelt sajt ₇ , Delma szendvics margarin 20%, rozsos kenyér ₁	teljes kiörlésű meggyes párna _{1,3,6,7}
Energia:	1 227,79kcal	1 089,46kcal	1 164,68kcal	1 106,95kcal	1 087,52kcal
Zsír:	52,82g	37,47g	57,57g	36,78g	55,38g
Telített zsírsav:	6,55g	9,69g	4,60g	9,28g	5,74g
Fehérje:	39,48g	37,20g	40,12g	40,30g	29,85g
Szénhidrát:	143,54g	145,73g	117,34g	151,04g	110,02g
Hozzáadott cukor:	6,26g	18,98g	5,99g	23,48g	5,99g
Só:	5,09g	4,01g	3,80g	4,42g	4,22g
Ca:	136,61mg	51,10mg	103,10mg	192,64mg	74,34mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfűt |

sertéshús mentes iskola-Deszk(felső)

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Tízórai	Tej 2 dl ₇ , Csíkoska _{1,3,7}	Tejeskávé 2 dl ₇ , Kígyóuboka, Natúr vajkrém ₇ , korpás kenyér ₁	Tea, Főtt tojás ₃ , Delma szendvics margarin 20%, Zöldhagyma, félbarna kenyér _{1,6}	Kakaó ₇ , Kalács _{1,3,5,7,8,11}	Tea, pulyka felvágott Kométa ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Fehér kenyér ₁
Ebéd	Burgonyaleves _{1,9} , Sárgarépafozelék _{1,7} , Vagdalt pulykából _{1,3}	Őszibarackleves _{1,7} , Mexikói pulykaragu ₁ , Párolt rizs	Csirkeragu leves _{1,3,9} , Túrós csusza tepertő _{1,3,7} , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves _{1,3,9} , Mustáros halfilé _{1,4,10} , Burgonyapüré ₇	Zöldséges tarhonyaleves _{1,3} , Rakott brokkoli ₇ , Pogácsa mini _{1,3,7}
Energia:	1 069,27kcal	1 074,07kcal	980,03kcal	1 048,51kcal	1 032,96kcal
Zsír:	45,07g	41,04g	39,75g	33,83g	46,02g
Telített zsírsav:	6,16g	9,89g	4,38g	6,24g	6,25g
Fehérje:	37,08g	34,21g	38,36g	34,12g	33,64g
Szénhidrát:	124,50g	136,39g	113,96g	149,12g	112,63g
Hozzáadott cukor:	6,99g	19,98g	5,99g	27,17g	5,99g
Só:	4,76g	4,63g	3,94g	4,69g	6,25g
Ca:	132,42mg	66,30mg	106,86mg	71,86mg	83,99mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Olajos mag, tej-, szója mentes iskolás-Deszk

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Ebéd	Burgonyaleves ^{1,9} , Sárgarépa főzelék rizstejjel ¹ , Vagdalt pogácsa ^{1,3}	Őszibarackleves tejföl 0 ¹ , Mexikói pulykaragu ¹ , Párolt rizs	Sertésragu leves ^{1,3} , Káposztás tészta durum ¹ , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves ^{1,3,9} , Natúr halfilé ^{1,4} , Burgonyapüré tejmentes, félbarna kenyér ^{1,6}	Zöldséges tarhonyaleves ^{1,3} , Rakott brokkoli tej 0, alma, félbarna kenyér ^{1,6}
Energia:	735,30kcal	606,83kcal	783,37kcal	659,04kcal	679,13kcal
Zsír:	38,43g	20,49g	36,04g	20,72g	39,65g
Telített zsírsav:	2,63g	2,50g	2,35g	3,20g	2,70g
Fehérje:	20,90g	19,20g	23,28g	17,95g	19,07g
Szénhidrát:	73,28g	83,87g	88,56g	98,94g	57,80g
Hozzáadott cukor:	5,00g	9,99g	2,50g	11,99g	0,00g
Só:	3,70g	2,53g	1,97g	4,72g	2,77g
Ca:	180,10mg	48,67mg	79,16mg	47,03mg	32,15mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Iskola-Deszk(felsős)

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Tízórai	Tej 2 dl ₇ , Csíkoska _{1,3,7}	Tejeskávé 2 dl ₇ , Kígyóboka, Natúr vajkrém ₇ , korpás kenyér ₁	Tea, Főtt tojás ₃ , Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6} , Zöldhagyma	Kakaó ₇ , Kalács _{1,3,5,7,8,11}	Tea, pulyka felvágott Kométa ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Fehér kenyér ₁
Ebéd	Burgonyaleves _{1,9} , Sárgarépafozelék _{1,7} , Vagdalt pogácsa _{1,3}	Őszibarackleves _{1,7} , Mexikói pulykaragu ₁ , Párolt rizs	Sertésragu leves _{1,3} , Túrós csusza tepertővel _{1,3,7} , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves _{1,3,9} , Mustáros halfilé _{1,4,10} , Burgonyapüré ₇	Zöldséges tarhonyaleves _{1,3} , Rakott brokkoli ₇ , Pogácsa mini _{1,3,7} , félbarna kenyér _{1,6}
Uzsonna	Párizsi EFEF, Lilahagyma, Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6}	pulykamell sonka, Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6}	Csirkejó baromfirúd, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlésű kenyér ₁	Retek, Reszelt sajt ₇ , rozsos kenyér ₁ , Delma szendvics margarin 20%	teljes kiörlésű meggyes párna _{1,3,6,7}
Energia:	1 366,71kcal	1 314,47kcal	1 307,16kcal	1 280,35kcal	1 293,15kcal
Zsír:	59,75g	47,36g	65,90g	45,58g	62,27g
Telített zsírsav:	7,04g	11,53g	5,21g	11,90g	6,63g
Fehérje:	43,75g	42,47g	46,34g	45,19g	35,83g
Szénhidrát:	157,78g	173,61g	127,25g	169,59g	139,21g
Hozzáadott cukor:	7,26g	19,98g	5,99g	27,17g	5,99g
Só:	5,95g	5,86g	4,82g	5,93g	6,00g
Ca:	159,14mg	66,30mg	120,29mg	233,30mg	85,88mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Sertéshús mentes iskolás-Deszk(alsós)

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Tízórai	Tej 2 dl ₇ , Csíkoska _{1,3,7}	Tejeskávé 2 dl ₇ , Kígyóboka, Natúr vajkrém ₇ , korpás kenyér ₁	Tea, Főtt tojás ₃ , Delma szendvics margarin 20%, Zöldhagyma, félbarna kenyér _{1,6}	Kakaó ₇ , Kalács _{1,3,5,7,8,11}	Tea, pulyka felvágott Kométa ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Fehér kenyér ₁
Ebéd	Burgonyaleves _{1,9} , Sárgarépafozelék _{1,7} , Vagdalt pulykából _{1,3}	Őszibarackleves _{1,7} , Mexikói pulykaragu ₁ , Párolt rizs	Csirkeragu leves _{1,3,9} , Túrós csusza tepertő _{1,3,7} , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves _{1,3,9} , Mustáros halfilé _{1,4,10} , Burgonyapüré ₇	Zöldséges tarhonyaleves _{1,3} , Rakott brokkoli ₇ , Pogácsa mini _{1,3,7}
Uzsonna	Lilahagyma, Delma szendvics margarin 20%, pulyka felvágott Kométa ₆ , félbarna kenyér _{1,6}	pulykamell sonka, Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6}	Csirkejó baromfirúd, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlésű kenyér ₁	Retek, Reszelt sajt ₇ , Delma szendvics margarin 20%, rozsos kenyér ₁	teljes kiörlésű meggyes párna _{1,3,6,7}
Energia:	1 120,23kcal	1 115,06kcal	1 046,74kcal	1 106,95kcal	1 163,25kcal
Zsír:	41,20g	37,57g	38,52g	36,78g	47,12g
Telített zsírsav:	6,11g	9,69g	4,15g	9,28g	6,10g
Fehérje:	40,48g	37,94g	39,49g	40,30g	37,14g
Szénhidrát:	142,81g	151,13g	132,76g	151,04g	139,09g
Hozzáadott cukor:	5,99g	18,98g	5,99g	23,48g	5,99g
Só:	5,49g	4,16g	4,11g	4,42g	6,60g
Ca:	141,46mg	51,10mg	109,40mg	192,64mg	81,01mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfűrt |

Szerb Iskola (alsós)

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Tízórai	Tej 2 dl ₇ , Csíkoska _{1,3,7}	Tejeskávé 2 dl ₇ , Kígyóboka, Natúr vajkrém ₇ , korpás kenyér ₁	Tea, Főtt tojás ₃ , Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6} , Zöldhagyma	Kakaó ₇ , Kalács _{1,3,5,7,8,11}	Tea, pulyka felvágott Kométa ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Fehér kenyér ₁
Ebéd	Burgonyaleves _{1,9} , Sárgarépafozelék _{1,7} , Vagdalt pogácsa _{1,3}	Őszibarackleves _{1,7} , Mexikói pulykaragu ₁ , Párolt rizs	Sertésragu leves _{1,3} , Túrós csusza tepertővel _{1,3,7} , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves _{1,3,9} , Mustáros halfilé _{1,4,10} , Burgonyapüré ₇	Zöldséges tarhonyaleves _{1,3} , Rakott brokkoli ₇ , Pogácsa mini _{1,3,7} , félbarna kenyér _{1,6}
Uzsonna	Párizsi EFEF, Lilahagyma, Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6}	pulykamell sonka, Delma szendvics margarin 20%, félbarna kenyér _{1,6}	Csirkejó baromfirúd, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlésű kenyér ₁	Retek, Reszelt sajt ₇ , Delma szendvics margarin 20%, rozsos kenyér ₁	teljes kiörlésű meggyes párna _{1,3,6,7}
Energia:	1 227,79kcal	1 133,06kcal	1 164,68kcal	1 106,95kcal	1 189,92kcal
Zsír:	52,82g	39,57g	57,57g	36,78g	55,78g
Telített zsírsav:	6,55g	10,29g	4,60g	9,28g	5,74g
Fehérje:	39,48g	37,99g	40,12g	40,30g	32,81g
Szénhidrát:	143,54g	151,18g	117,34g	151,04g	131,62g
Hozzáadott cukor:	6,26g	18,98g	5,99g	23,48g	5,99g
Só:	5,09g	4,24g	3,80g	4,42g	4,82g
Ca:	136,61mg	51,10mg	103,10mg	192,64mg	74,34mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfűt |

Laktózmentes iskolás(alsótagozat)

Étlap

2019. június 3 - 2019. június 7

Étkezés	2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
Ebéd	Burgonyaleves ^{1,9} , Sárgarépa főzelék rizstejjel ¹ , Vagdalt pogácsa ^{1,3}	Őszibarackleves tejföl 0 ¹ , Mexikói pulykaragu ¹ , Párolt rizs	Sertésragu leves ^{1,3} , Káposztás tészta durum ¹ , Alma	Bazsalikomos paradicsomleves ^{1,3,9} , Mustáros halfilé ^{1,4,10} , Burgonyapüré tejmentes, félbarna kenyér ^{1,6}	Zöldséges tarhonyaleves ^{1,3} , Rakott brokkoli tej 0, alma, félbarna kenyér ^{1,6}
Energia:	735,30kcal	606,83kcal	783,37kcal	659,64kcal	679,13kcal
Zsír:	38,43g	20,49g	36,04g	20,98g	39,65g
Telített zsírsav:	2,63g	2,50g	2,35g	3,19g	2,70g
Fehérje:	20,90g	19,20g	23,28g	17,13g	19,07g
Szénhidrát:	73,28g	83,87g	88,56g	99,32g	57,80g
Hozzáadott cukor:	5,00g	9,99g	2,50g	11,99g	0,00g
Só:	3,70g	2,53g	1,97g	3,52g	2,77g
Ca:	180,10mg	48,67mg	79,16mg	45,59mg	32,15mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Étlap

Tejmentes iskolás- Deszk

2019. június 3 - 2019. június 7

2019.06.03 Hétfő	2019.06.04 Kedd	2019.06.05 Szerda	2019.06.06 Csütörtök	2019.06.07 Péntek
<p>Burgonyaleves^{1,9}, Sárgarépafozelék rizstejjel¹, Vagdalt pogácsa^{1,3}</p> <p>E: 735kcal Tel.zsír.: 2,63g CH: 73,28g Só: 3,70g</p> <p>Zsír: 38,43g Feh.: 20,90g Cuk: 5,00g Ca: 180,10mg</p>	<p>Őszibarackleves tejjel⁰, Mexikói pulykaragu¹, Párolt rizs</p> <p>E: 607kcal Tel.zsír.: 2,50g CH: 83,87g Só: 2,53g</p> <p>Zsír: 20,49g Feh.: 19,20g Cuk: 9,99g Ca: 48,67mg</p>	<p>Sertésragu leves^{1,3}, Káposztás tészta durum¹, Alma</p> <p>E: 783kcal Tel.zsír.: 2,35g CH: 88,56g Só: 1,97g</p> <p>Zsír: 36,04g Feh.: 23,28g Cuk: 2,50g Ca: 79,16mg</p>	<p>Bazsalikomos paradicsomleves^{1,3,9}, Mustáros halfilé^{1,4,10}, Burgonyapüré tejmentes, félbarna kenyér^{1,6}</p> <p>E: 660kcal Tel.zsír.: 3,19g CH: 99,32g Só: 3,52g</p> <p>Zsír: 20,98g Feh.: 17,13g Cuk: 11,99g Ca: 45,59mg</p>	<p>Zöldséges tarhonyaleves^{1,3}, Rakott brokkoli tej⁰, alma, félbarna kenyér^{1,6}</p> <p>E: 679kcal Tel.zsír.: 2,70g CH: 57,80g Só: 2,77g</p> <p>Zsír: 39,65g Feh.: 19,07g Cuk: 0,00g Ca: 32,15mg</p>
<p>Energia: 735,30kcal Zsír: 38,43g Telített zsírsav: 2,63g Fehérje: 20,90g Szénhidrát: 73,28g Hozzáadott cukor: 5,00g Só: 3,70g Ca: 180,10mg</p>	<p>Energia: 606,83kcal Zsír: 20,49g Telített zsírsav: 2,50g Fehérje: 19,20g Szénhidrát: 83,87g Hozzáadott cukor: 9,99g Só: 2,53g Ca: 48,67mg</p>	<p>Energia: 783,37kcal Zsír: 36,04g Telített zsírsav: 2,35g Fehérje: 23,28g Szénhidrát: 88,56g Hozzáadott cukor: 2,50g Só: 1,97g Ca: 79,16mg</p>	<p>Energia: 659,64kcal Zsír: 20,98g Telített zsírsav: 3,19g Fehérje: 17,13g Szénhidrát: 99,32g Hozzáadott cukor: 11,99g Só: 3,52g Ca: 45,59mg</p>	<p>Energia: 679,13kcal Zsír: 39,65g Telített zsírsav: 2,70g Fehérje: 19,07g Szénhidrát: 57,80g Hozzáadott cukor: 0,00g Só: 2,77g Ca: 32,15mg</p>

Allergének:

1. Glutén tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt