

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: ÁLTISK EBÉD
Dátum: 2018/10/08

Hétfő 2018/10/08	Kedd 2018/10/09	Szerda 2018/10/10	Csütörtök 2018/10/11	Péntek 2018/10/12	Szombat 2018/10/13	Vasárnap 2018/10/14
Bakonyi betyárgulyás 1.006,18 kJ 240,60 kcal A: Glutén, Tej, Diófélék,	Burgonya leves magvaros 611,98 kJ 146,34 kcal A: Glutén, Diófélék,	Erolevés tésztával 623,69 kJ 149,14 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szójabab, Halak,	Zöldbab leves magvaros 409,27 kJ 102,53 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Gyümölcs leves 675,77 kJ 161,65 kcal A: Glutén, Tej,	Gyümölcslé 100%-os 393,10 kJ 94,00 kcal	
Alma 326,19 kJ 78,00 kcal	Grillsirkemell 411,29 kJ 98,35 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller,	Kelkáposzta fozelék 617,72 kJ 147,71 kcal A: Glutén,	Csirkepörkölt 656,16 kJ 156,91 kcal A: Diófélék,	Párolt sertés szelet 683,66 kJ 163,48 kcal	Pizza 2.177,93 kJ 520,80 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Földimogyoró, Szójabab,	
Darás metélt 2.026,34 kJ 484,55 kcal A: Glutén, Tojás,	Bulgur 818,86 kJ 195,81 kcal A: Glutén,	Fasírt 1.027,70 kJ 245,75 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	Tészta köret durum 1.140,87 kJ 272,81 kcal A: Glutén,	Petrezselymes burgonya 929,16 kJ 222,19 kcal		
	Friss saláta öntettel 78,54 kJ 18,78 kcal A: Tojás, Tej, Zeller,	Alma 326,19 kJ 78,00 kcal	Savanyúság cékla 159,00 kJ 38,02 kcal	Vajas brokkoli 575,68 kJ 137,66 kcal A: Tej, Diófélék,		

Kalória:	803,15kcal	Kalória:	459,28kcal	Kalória:	620,60kcal	Kalória:	570,27kcal	Kalória:	684,98kcal	Kalória:	614,80kcal	Kalória:	
Energia:	3.358,70kJ	Energia:	1.920,66 kJ	Energia:	2.595,30 kJ	Energia:	2.365,30kJ	Energia:	2.864,27kJ	Energia:	2.571,03kJ	Energia:	
Zsír::	20,6780 g	Zsír::	10,1144 g	Zsír::	29,9473 g	Zsír::	47,1646 g	Zsír::	23,4049 g	Zsír::	79,1600 g	Zsír::	
Fehérje:	24,5293 g	Fehérje:	32,6693 g	Fehérje:	20,3064 g	Fehérje:	74,0414 g	Fehérje:	30,3346 g	Fehérje:	54,1800 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	127,5349 g	Szénhidrát:	62,9485 g	Szénhidrát:	61,0800 g	Szénhidrát:	73,9812 g	Szénhidrát:	53,1920 g	Szénhidrát:	126,7000 g	Szénhidrát:	
Só:	2,7391 g	Só:	3,5557 g	Só:	4,3400 g	Só:	4,0544 g	Só:	3,2207 g	Só:	2,3600 g	Só:	
Cukor:	38,5070 g	Cukor:	4,6937 g	Cukor:	5,0360 g	Cukor:	6,0067 g	Cukor:	24,1664 g	Cukor:	27,0000 g	Cukor:	
Tel.zsírsvav:	5,5867 g	Tel.zsírsvav:	0,8635 g	Tel.zsírsvav:	58,2010 g	Tel.zsírsvav:	11,1181 g	Tel.zsírsvav:	4,5530 g	Tel.zsírsvav:	0,0000 g	Tel.zsírsvav:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: ÁLTISK "EBÉD ÉRZÉKENY"

Dátum: 2018/10/08

Hétfő
2018/10/08

Kedd
2018/10/09

Szerda
2018/10/10

Csütörtök
2018/10/11

Péntek
2018/10/12

Szombat
2018/10/13

Vasárnap
2018/10/14

Bakonyi betyárgulyás 842,20 kJ 201,39 kcal A: Glutén, Tej,	Burgonya leves magvaros 557,24 kJ 133,25 kcal A: Glutén,	Erolevés tésztával 164,25 kJ 39,28 kcal A: Glutén, Tojás,	Zöldbab leves magvaros 484,79 kJ 120,59 kcal A: Glutén,	Gyümölcs leves 461,76 kJ 110,48 kcal A: Glutén, Tej,	Gyümölcslé 100%-os 393,10 kJ 94,00 kcal
Darás metélt 1.945,63 kJ 465,25 kcal A: Glutén, Tojás,	Friss saláta öntettel 9,66 kJ 2,31 kcal	Kelkáposzta fozelék 615,88 kJ 147,27 kcal A: Glutén,	Savanyúság cékla 185,50 kJ 44,36 kcal	Petrezselymes burgonya 963,74 kJ 230,46 kcal	Pizza 1.254,57 kJ 300,00 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Földimogyoró, Szójabab,
Szolo 337,00 kJ 80,59 kcal	Bulgur 822,66 kJ 196,72 kcal A: Glutén,	Alma 217,46 kJ 52,00 kcal	Tészta köret 1.045,04 kJ 249,90 kcal A: Glutén,	Párolt sertés szelet 649,07 kJ 155,21 kcal	Natur sertésszelet 351,71 kJ 84,10 kcal
	Grillcsirkemell 409,28 kJ 97,87 kcal	Fasírt 814,08 kJ 194,67 kcal A: Glutén, Szójabab,	Csirkepörkölt 690,55 kJ 165,13 kcal	Párolt zöldségek 200,38 kJ 47,92 kcal	Rizibizi 518,68 kJ 124,03 kcal

Kalória:	747,23kcal	Kalória:	430,15kcal	Kalória:	433,22kcal	Kalória:	579,97kcal	Kalória:	544,06kcal	Kalória:	602,13kcal	Kalória:	
Energia:	3.124,83kJ	Energia:	1.798,85 kJ	Energia:	1.811,67 kJ	Energia:	2.405,89kJ	Energia:	2.274,96kJ	Energia:	2.518,06kJ	Energia:	
Zsír::	16,9372 g	Zsír::	9,6654 g	Zsír::	21,5259 g	Zsír::	52,0382 g	Zsír::	17,4057 g	Zsír::	57,9029 g	Zsír::	
Fehérje:	22,1132 g	Fehérje:	30,0260 g	Fehérje:	17,7232 g	Fehérje:	72,5647 g	Fehérje:	24,8803 g	Fehérje:	44,5236 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	122,4485 g	Szénhidrát:	60,4751 g	Szénhidrát:	41,3280 g	Szénhidrát:	69,1787 g	Szénhidrát:	49,8835 g	Szénhidrát:	108,3520 g	Szénhidrát:	
Só:	1,6566 g	Só:	1,6219 g	Só:	2,0881 g	Só:	2,4712 g	Só:	1,5485 g	Só:	2,0429 g	Só:	
Cukor:	42,5235 g	Cukor:	3,2939 g	Cukor:	2,3866 g	Cukor:	5,2912 g	Cukor:	22,0658 g	Cukor:	24,7200 g	Cukor:	
Tel.zsírsvav:	2,4870 g	Tel.zsírsvav:	0,8872 g	Tel.zsírsvav:	29,8011 g	Tel.zsírsvav:	11,6309 g	Tel.zsírsvav:	2,4963 g	Tel.zsírsvav:	3,1286 g	Tel.zsírsvav:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: ÁLTISK/FELSŐ EBÉD "A"
Dátum: 2018/10/08

Hétfő 2018/10/08	Kedd 2018/10/09	Szerda 2018/10/10	Csütörtök 2018/10/11	Péntek 2018/10/12	Szombat 2018/10/13	Vasárnap 2018/10/14
Bakonyi betyárgulyás 792,97 kJ 189,66 kcal A: Glutén, Diófélék,	Grillcsirkemell 473,41 kJ 113,21 kcal	Erolevés tésztával 230,05 kJ 55,01 kcal A: Glutén, Tojás,	Zöldbab leves magvaros 431,36 kJ 108,50 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Gyümölcs leves 720,37 kJ 172,30 kcal A: Glutén, Tej,	Rostos gyümölcslé 100% 393,10 kJ 94,00 kcal	
Darás metélt 2.464,36 kJ 589,29 kcal A: Glutén, Tojás,	Bulgur 1.247,92 kJ 298,41 kcal A: Glutén,	Kelkáposzta fozelék 659,46 kJ 157,80 kcal A: Glutén, Diófélék,	Csirkepörkölt 611,60 kJ 146,25 kcal A: Diófélék,	Párolt sertésszelet 751,82 kJ 179,78 kcal	Pizza 2.177,93 kJ 520,80 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Földimogyoró, Szójabab,	
Alma 239,20 kJ 57,20 kcal	Burgonya leves maevaros 638,44 kJ 152,67 kcal A: Glutén, Diófélék,	Fasírt 1.149,81 kJ 274,95 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	Tészta köret durum 1.293,97 kJ 309,42 kcal A: Glutén,	Petrezselymes burgonya 929,71 kJ 222,32 kcal		
	Friss saláta öntettel 222,26 kJ 53,15 kcal A: Tej,	Alma 239,20 kJ 57,20 kcal	Savanyúság cékla 212,00 kJ 50,69 kcal	Vajas brokkoli 825,78 kJ 197,47 kcal A: Tej, Diófélék,		
		Kenyér teljes kiorlésu 723,05 kJ 172,90 kcal A: Glutén,	Kenyér 543,65 kJ 130,00 kcal A: Glutén, Szójabab,			

Kalória:	836,16kcal	Kalória:	617,43kcal	Kalória:	717,86kcal	Kalória:	744,86kcal	Kalória:	771,87kcal	Kalória:	614,80kcal	Kalória:	
Energia:	3.496,53kJ	Energia:	2.582,03 kJ	Energia:	3.001,57 kJ	Energia:	3.092,58kJ	Energia:	3.227,69kJ	Energia:	2.571,03kJ	Energia:	
Zsír::	15,8208 g	Zsír::	12,5261 g	Zsír::	25,3367 g	Zsír::	47,8427 g	Zsír::	27,8848 g	Zsír::	79,1600 g	Zsír::	
Fehérje:	28,7277 g	Fehérje:	38,9621 g	Fehérje:	24,4893 g	Fehérje:	79,8236 g	Fehérje:	33,2413 g	Fehérje:	54,1800 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	144,6116 g	Szénhidrát:	91,2885 g	Szénhidrát:	92,1290 g	Szénhidrát:	111,0383 g	Szénhidrát:	61,5276 g	Szénhidrát:	126,7000 g	Szénhidrát:	
Só:	2,7207 g	Só:	3,1201 g	Só:	3,0020 g	Só:	4,0905 g	Só:	3,3020 g	Só:	2,3600 g	Só:	
Cukor:	37,3858 g	Cukor:	6,7381 g	Cukor:	4,4476 g	Cukor:	6,5643 g	Cukor:	26,8315 g	Cukor:	27,0000 g	Cukor:	
Tel.zsírsvav:	1,5059 g	Tel.zsírsvav:	0,9995 g	Tel.zsírsvav:	67,0745 g	Tel.zsírsvav:	11,1910 g	Tel.zsírsvav:	1,8240 g	Tel.zsírsvav:	0,0000 g	Tel.zsírsvav:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: ÁLTISK/FELSŐ EBÉD "B"
Dátum: 2018/10/08

Hétfő 2018/10/08	Kedd 2018/10/09	Szerda 2018/10/10	Csütörtök 2018/10/11	Péntek 2018/10/12	Szombat 2018/10/13	Vasárnap 2018/10/14
Bakonyi betyárgulyás 1.078,21 kJ 257,87 kcal A: Glutén, Diófélék,	Grill virsli 801,00 kJ 191,54 kcal A: Mustár,	Erolevés tésztával 264,50 kJ 63,25 kcal A: Glutén, Tojás,	Zöldbab leves magvaros 431,36 kJ 108,50 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Gyümölcs leves 720,37 kJ 172,30 kcal A: Glutén, Tej,	Rostos gyümölcslé 100% 393,10 kJ 94,00 kcal	
Rakott zöldbab 1.320,69 kJ 315,81 kcal A: Tej,	Bulgur 1.247,92 kJ 298,41 kcal A: Glutén,	Kelkáposzta fozelék 659,46 kJ 157,80 kcal A: Glutén, Diófélék,	Csirkepörkölt 611,60 kJ 146,25 kcal A: Diófélék,	Párolt sertésszelet 717,24 kJ 171,51 kcal	Pizza 2.177,93 kJ 520,80 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Földimogyoró, Szójabab,	
Szolo 303,30 kJ 72,53 kcal	Friss saláta öntettel 222,26 kJ 53,15 kcal A: Tej,	Fasírt 1.149,81 kJ 274,95 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	Tészta köret durum 1.293,97 kJ 309,42 kcal A: Glutén,	Petrezselymes hurgonva 929,71 kJ 222,32 kcal		
	Burgonya leves magvaros 638,44 kJ 152,67 kcal A: Glutén, Diófélék,	Müzli szelet 322,84 kJ 77,20 kcal A: Szójabab, Csillagfűrt,	Savanyúság cékla 212,00 kJ 50,69 kcal	Vajas brokkoli 825,78 kJ 197,47 kcal A: Tej, Diófélék,		
		Kenyér teljes kiorlésu 781,60 kJ 186,90 kcal A: Glutén,	Kenyér 647,15 kJ 154,75 kcal A: Glutén,			

Kalória:	646,21kcal	Kalória:	695,76kcal	Kalória:	760,10kcal	Kalória:	769,61kcal	Kalória:	763,60kcal	Kalória:	614,80kcal	Kalória:	
Energia:	2.702,21kJ	Energia:	2.909,62 kJ	Energia:	3.178,21 kJ	Energia:	3.196,08kJ	Energia:	3.193,10kJ	Energia:	2.571,03kJ	Energia:	
Zsír::	28,7281 g	Zsír::	29,5861 g	Zsír::	25,1056 g	Zsír::	49,1227 g	Zsír::	26,9648 g	Zsír::	79,3600 g	Zsír::	
Fehérje:	42,8556 g	Fehérje:	25,8321 g	Fehérje:	24,2561 g	Fehérje:	80,1836 g	Fehérje:	33,2413 g	Fehérje:	53,7600 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	58,0139 g	Szénhidrát:	87,4885 g	Szénhidrát:	95,8295 g	Szénhidrát:	114,2183 g	Szénhidrát:	64,7676 g	Szénhidrát:	124,1000 g	Szénhidrát:	
Só:	4,0129 g	Só:	3,5901 g	Só:	3,2680 g	Só:	4,0355 g	Só:	3,4670 g	Só:	2,3200 g	Só:	
Cukor:	10,2663 g	Cukor:	7,0881 g	Cukor:	8,4016 g	Cukor:	20,8143 g	Cukor:	26,8315 g	Cukor:	23,0400 g	Cukor:	
Tel.zsírsvav:	8,1896 g	Tel.zsírsvav:	8,1895 g	Tel.zsírsvav:	55,6745 g	Tel.zsírsvav:	11,7410 g	Tel.zsírsvav:	7,1240 g	Tel.zsírsvav:	0,2000 g	Tel.zsírsvav:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: ÁLTISK "UZSONNA"
Dátum: 2018/10/08

Hétfő
2018/10/08

Kedd
2018/10/09

Szerda
2018/10/10

Csütörtök
2018/10/11

Péntek
2018/10/12

Szombat
2018/10/13

Vasárnap
2018/10/14

**Szalámis margarinós
magvas zsemle**
1.259,44 kJ 301,16 kcal
A: Glutén, Tojás, Tej, Szójabab,
Szezám, Szezám, Szezám,

Kifli kocka sajttal
1.339,11 kJ 320,22 kcal
A: Glutén, Tojás, Tej, Szójabab,
Szezám, Szezám, Szezám,

Gyümölcsös joghurt
621,01 kJ 148,50 kcal
A: Tej,

Pizzás csiga
1.651,85 kJ 395,00 kcal
A: Glutén, Tojás, Tej, Szójabab,
Szezám, Csillagfű,

**Zala felvágott
telieskiorlé**
1.351,60 kJ 323,20 kcal
A: Glutén, Tej,

Puding
507,06 kJ 121,25 kcal
A: Tej,

Tej
468,37 kJ 112,00 kcal
A: Tej,

Kifli
313,22 kJ 74,90 kcal
A: Glutén, Tojás, Tej,

Üdít
376,37 kJ 90,00 kcal

Kifli
271,82 kJ 65,00 kcal
A: Glutén, Tej,

Kalória: 301,16kcal	Kalória: 432,22kcal	Kalória: 223,40kcal	Kalória: 485,00kcal	Kalória: 323,20kcal	Kalória: 186,25kcal
Energia: 1.259,44kJ	Energia: 1.807,48 kJ	Energia: 934,24 kJ	Energia: 2.028,22kJ	Energia: 1.351,60kJ	Energia: 778,88kJ
Zsír:: 16,7350 g	Zsír:: 21,8000 g	Zsír:: 3,8600 g	Zsír:: 19,8000 g	Zsír:: 14,4900 g	Zsír:: 5,2050 g
Fehérje: 8,1100 g	Fehérje: 18,9450 g	Fehérje: 7,6350 g	Fehérje: 9,4000 g	Fehérje: 13,0550 g	Fehérje: 7,5200 g
Szénhidrát: 24,6200 g	Szénhidrát: 43,0000 g	Szénhidrát: 16,1700 g	Szénhidrát: 67,5000 g	Szénhidrát: 30,8250 g	Szénhidrát: 52,2550 g
Só: 1,0140 g	Só: 0,9600 g	Só: 0,2250 g	Só: 0,0400 g	Só: 0,9250 g	Só: 0,2000 g
Cukor: 0,2330 g	Cukor: 14,1000 g	Cukor: 22,8000 g	Cukor: 22,0000 g	Cukor: 0,1550 g	Cukor: 15,0000 g
Tel.zsírsv: 0,9600 g	Tel.zsírsv: 12,6000 g	Tel.zsírsv: 2,1000 g	Tel.zsírsv: 0,0000 g	Tel.zsírsv: 3,8100 g	Tel.zsírsv: 2,0000 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: ÁLTISK "UZSONNA ÉRZÉKENY"
Dátum: 2018/10/08

Hétfő
2018/10/08

Kedd
2018/10/09

Szerda
2018/10/10

Csütörtök
2018/10/11

Péntek
2018/10/12

Szombat
2018/10/13

Vasárnap
2018/10/14

Szalámis margarinos zsemle zöldséggel
1.114,94 kJ 266,61 kcal
A: Glutén,

Tej
146,51 kJ 35,03 kcal
A: Tej,

Kifli
903,95 kJ 216,16 kcal
A: Glutén,

Üdít
393,10 kJ 94,00 kcal

Zala felvágott telieskiorlésu
1.368,66 kJ 327,28 kcal
A: Glutén,

Kifli
903,95 kJ 216,16 kcal
A: Glutén,

Kifli kocka sajttal
1.038,11 kJ 248,24 kcal
A: Glutén, Tej,

Gyümölcsle 100%-os
393,10 kJ 94,00 kcal

Pizzás csiga
1.078,18 kJ 257,82 kcal
A: Glutén, Tej,

Üdít
393,10 kJ 94,00 kcal

Kalória:	266,61kcal	Kalória:	283,27kcal	Kalória:	310,16kcal	Kalória:	351,82kcal	Kalória:	327,28kcal	Kalória:	310,16kcal	Kalória:	
Energia:	1.114,94kJ	Energia:	1.184,62 kJ	Energia:	1.297,05 kJ	Energia:	1.471,28kJ	Energia:	1.368,66kJ	Energia:	1.297,05kJ	Energia:	
Zsír::	16,7269 g	Zsír::	13,8048 g	Zsír::	11,9841 g	Zsír::	5,5924 g	Zsír::	17,4972 g	Zsír::	11,9841 g	Zsír::	
Fehérje:	6,7881 g	Fehérje:	10,4634 g	Fehérje:	7,2522 g	Fehérje:	6,8467 g	Fehérje:	12,5467 g	Fehérje:	7,2522 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	16,4619 g	Szénhidrát:	32,1103 g	Szénhidrát:	49,7874 g	Szénhidrát:	69,0350 g	Szénhidrát:	29,2081 g	Szénhidrát:	49,7874 g	Szénhidrát:	
Só:	0,8572 g	Só:	0,3393 g	Só:	0,1132 g	Só:	1,4475 g	Só:	0,9332 g	Só:	0,1132 g	Só:	
Cukor:	0,1274 g	Cukor:	4,9779 g	Cukor:	23,4274 g	Cukor:	23,4129 g	Cukor:	0,1074 g	Cukor:	23,4274 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	3,9083 g	Tel.zsírsv:	6,1117 g	Tel.zsírsv:	3,9083 g	Tel.zsírsv:	0,1428 g	Tel.zsírsv:	6,0683 g	Tel.zsírsv:	3,9083 g	Tel.zsírsv:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: ÁLTISK "TÍZÓRAI ÉRZÉKENY"
Dátum: 2018/10/08

Hétfő
2018/10/08

Kedd
2018/10/09

Szerda
2018/10/10

Csütörtök
2018/10/11

Péntek
2018/10/12

Szombat
2018/10/13

Vasárnap
2018/10/14

Tea		
153,55 kJ	36,72 kcal	

Tea		
153,55 kJ	36,72 kcal	

Tea		
153,55 kJ	36,72 kcal	

Tea		
153,55 kJ	36,72 kcal	

Tea		
153,55 kJ	36,72 kcal	

Tea		
153,67 kJ	36,75 kcal	

Tej		
146,51 kJ	35,03 kcal	
A: Tej,		

Sonkaszalámis kenyér zöldséggel		
1.232,88 kJ	294,81 kcal	
A: Glutén, Szójabab,		

Zöldfuszeres szendvicskrém		
992,29 kJ	249,72 kcal	
A: Glutén,		

Tej		
146,51 kJ	35,03 kcal	
A: Tej,		

Sajtos margarinos magvas kenvér		
1.208,83 kJ	289,06 kcal	
A: Glutén, Tej,		

Baromfipárizsi barna kenvérrel. zöldséggel		
1.244,41 kJ	297,57 kcal	
A: Glutén,		

Briós		
851,69 kJ	203,66 kcal	
A: Glutén, Tojás,		

Puffasztott ízesített rizs		
523,93 kJ	125,29 kcal	
A: Glutén, Szójabab,		

Kalória:	275,41kcal	Kalória:	331,53kcal	Kalória:	286,44kcal	Kalória:	197,04kcal	Kalória:	325,78kcal	Kalória:	334,32kcal	Kalória:	
Energia:	1.151,76kJ	Energia:	1.386,43 kJ	Energia:	1.145,84 kJ	Energia:	824,00kJ	Energia:	1.362,38kJ	Energia:	1.398,08kJ	Energia:	
Zsír::	9,6543 g	Zsír::	13,9246 g	Zsír::	11,5384 g	Zsír::	6,7484 g	Zsír::	14,3536 g	Zsír::	16,6187 g	Zsír::	
Fehérje:	5,9694 g	Fehérje:	12,0575 g	Fehérje:	8,3085 g	Fehérje:	3,5971 g	Fehérje:	10,5761 g	Fehérje:	11,1096 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	31,7345 g	Szénhidrát:	32,6647 g	Szénhidrát:	31,0095 g	Szénhidrát:	20,7907 g	Szénhidrát:	28,7116 g	Szénhidrát:	29,1788 g	Szénhidrát:	
Só:	0,3014 g	Só:	0,5166 g	Só:	0,0532 g	Só:	0,1507 g	Só:	0,3014 g	Só:	0,9372 g	Só:	
Cukor:	24,6503 g	Cukor:	9,0274 g	Cukor:	9,0274 g	Cukor:	17,8945 g	Cukor:	9,0895 g	Cukor:	9,2276 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	4,5290 g	Tel.zsírsv:	3,9083 g	Tel.zsírsv:	3,9083 g	Tel.zsírsv:	1,3634 g	Tel.zsírsv:	5,7703 g	Tel.zsírsv:	5,6683 g	Tel.zsírsv:	