

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Bölcsöde 1)

2026.05.11. - 2026.05.17.

Budagyöngye Bölcsöde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.05.11.	Kedd 2026.05.12.	Szerda 2026.05.13.	Csütörtök 2026.05.14.	Péntek 2026.05.15.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

2 Tízórai

Barack turmix	Ivóoghurt	Almalé 100%	Narancslé	Körte turmix																																																																																																																													
A:=(Tej.) Energia: 112 (Kcal) 469 (KJ) Feh.: 5 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 14 (g) Kalc.: 181 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 7 (g) Só: 0,20 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 3 (g) Tran.zsír: 0 (g)	A:=(Tej.) Energia: 168 (Kcal) 700 (KJ) Feh.: 7 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 30 (g) Kalc.: 260 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,07 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	A:=() Energia: 51 (Kcal) 212 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 12 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 12 (g) Só: 1,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	A:=() Energia: 14 (Kcal) 57 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 3 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 3 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	A:=(Tej.) Energia: 123 (Kcal) 516 (KJ) Feh.: 5 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 16 (g) Kalc.: 180 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 7 (g) Só: 0,20 (g) Nátr.: 2 (mg) Tel.zsír: 3 (g) Tran.zsír: 0 (g)																																																																																																																													
<table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>Energia</td><td>469 KJ</td><td>112 Kcal</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Feh.</td><td>5 g</td><td>Kol.</td><td>0 g</td><td>Kalc.: 181 mg</td></tr> <tr><td>Zsír:</td><td>4 g</td><td>Cukor</td><td>7 g</td><td>Nátr.: 0 mg</td></tr> <tr><td>Tel.zsír</td><td>3 g</td><td>Tr.zsír</td><td>0 g</td><td></td></tr> <tr><td>Szénh.</td><td>14 g</td><td>Só</td><td>0 g</td><td></td></tr> </table>	Energia	469 KJ	112 Kcal			Feh.	5 g	Kol.	0 g	Kalc.: 181 mg	Zsír:	4 g	Cukor	7 g	Nátr.: 0 mg	Tel.zsír	3 g	Tr.zsír	0 g		Szénh.	14 g	Só	0 g		<table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>Energia</td><td>700 KJ</td><td>168 Kcal</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Feh.</td><td>7 g</td><td>Kol.</td><td>0 g</td><td>Kalc.: 260 mg</td></tr> <tr><td>Zsír:</td><td>1 g</td><td>Cukor</td><td>0 g</td><td>Nátr.: 0 mg</td></tr> <tr><td>Tel.zsír</td><td>1 g</td><td>Tr.zsír</td><td>0 g</td><td></td></tr> <tr><td>Szénh.</td><td>14 g</td><td>Só</td><td>0 g</td><td></td></tr> </table>	Energia	700 KJ	168 Kcal			Feh.	7 g	Kol.	0 g	Kalc.: 260 mg	Zsír:	1 g	Cukor	0 g	Nátr.: 0 mg	Tel.zsír	1 g	Tr.zsír	0 g		Szénh.	14 g	Só	0 g		<table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>Energia</td><td>212 KJ</td><td>51 Kcal</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Feh.</td><td>0 g</td><td>Kol.</td><td>0 g</td><td>Kalc.: 0 mg</td></tr> <tr><td>Zsír:</td><td>0 g</td><td>Cukor</td><td>12 g</td><td>Nátr.: 0 mg</td></tr> <tr><td>Tel.zsír</td><td>0 g</td><td>Tr.zsír</td><td>0 g</td><td></td></tr> <tr><td>Szénh.</td><td>12 g</td><td>Só</td><td>0 g</td><td></td></tr> </table>	Energia	212 KJ	51 Kcal			Feh.	0 g	Kol.	0 g	Kalc.: 0 mg	Zsír:	0 g	Cukor	12 g	Nátr.: 0 mg	Tel.zsír	0 g	Tr.zsír	0 g		Szénh.	12 g	Só	0 g		<table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>Energia</td><td>57 KJ</td><td>14 Kcal</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Feh.</td><td>0 g</td><td>Kol.</td><td>0 g</td><td>Kalc.: 0 mg</td></tr> <tr><td>Zsír:</td><td>0 g</td><td>Cukor</td><td>3 g</td><td>Nátr.: 0 mg</td></tr> <tr><td>Tel.zsír</td><td>0 g</td><td>Tr.zsír</td><td>0 g</td><td></td></tr> <tr><td>Szénh.</td><td>3 g</td><td>Só</td><td>0 g</td><td></td></tr> </table>	Energia	57 KJ	14 Kcal			Feh.	0 g	Kol.	0 g	Kalc.: 0 mg	Zsír:	0 g	Cukor	3 g	Nátr.: 0 mg	Tel.zsír	0 g	Tr.zsír	0 g		Szénh.	3 g	Só	0 g		<table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr><td>Energia</td><td>516 KJ</td><td>123 Kcal</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Feh.</td><td>5 g</td><td>Kol.</td><td>0 g</td><td>Kalc.: 180 mg</td></tr> <tr><td>Zsír:</td><td>4 g</td><td>Cukor</td><td>7 g</td><td>Nátr.: 2 mg</td></tr> <tr><td>Tel.zsír</td><td>3 g</td><td>Tr.zsír</td><td>0 g</td><td></td></tr> <tr><td>Szénh.</td><td>16 g</td><td>Só</td><td>0 g</td><td></td></tr> </table>	Energia	516 KJ	123 Kcal			Feh.	5 g	Kol.	0 g	Kalc.: 180 mg	Zsír:	4 g	Cukor	7 g	Nátr.: 2 mg	Tel.zsír	3 g	Tr.zsír	0 g		Szénh.	16 g	Só	0 g	
Energia	469 KJ	112 Kcal																																																																																																																															
Feh.	5 g	Kol.	0 g	Kalc.: 181 mg																																																																																																																													
Zsír:	4 g	Cukor	7 g	Nátr.: 0 mg																																																																																																																													
Tel.zsír	3 g	Tr.zsír	0 g																																																																																																																														
Szénh.	14 g	Só	0 g																																																																																																																														
Energia	700 KJ	168 Kcal																																																																																																																															
Feh.	7 g	Kol.	0 g	Kalc.: 260 mg																																																																																																																													
Zsír:	1 g	Cukor	0 g	Nátr.: 0 mg																																																																																																																													
Tel.zsír	1 g	Tr.zsír	0 g																																																																																																																														
Szénh.	14 g	Só	0 g																																																																																																																														
Energia	212 KJ	51 Kcal																																																																																																																															
Feh.	0 g	Kol.	0 g	Kalc.: 0 mg																																																																																																																													
Zsír:	0 g	Cukor	12 g	Nátr.: 0 mg																																																																																																																													
Tel.zsír	0 g	Tr.zsír	0 g																																																																																																																														
Szénh.	12 g	Só	0 g																																																																																																																														
Energia	57 KJ	14 Kcal																																																																																																																															
Feh.	0 g	Kol.	0 g	Kalc.: 0 mg																																																																																																																													
Zsír:	0 g	Cukor	3 g	Nátr.: 0 mg																																																																																																																													
Tel.zsír	0 g	Tr.zsír	0 g																																																																																																																														
Szénh.	3 g	Só	0 g																																																																																																																														
Energia	516 KJ	123 Kcal																																																																																																																															
Feh.	5 g	Kol.	0 g	Kalc.: 180 mg																																																																																																																													
Zsír:	4 g	Cukor	7 g	Nátr.: 2 mg																																																																																																																													
Tel.zsír	3 g	Tr.zsír	0 g																																																																																																																														
Szénh.	16 g	Só	0 g																																																																																																																														

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Bölcsöde 1)

2026.05.11. - 2026.05.17.

Budagyöngye Bölcsöde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.05.11.	Kedd 2026.05.12.	Szerda 2026.05.13.	Csütörtök 2026.05.14.	Péntek 2026.05.15.
----------------------	---------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------

3 Ebéd

Tavaszi sonkás rizs A:=(Energia: 313 (Kcal)1308 (KJ) Feh.: 8 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:53 (g) Kalc.: 7 (mg) Zsír: 6 (g) Cuk: 5 (g) Só:0,93 (g) Nátr.: 3 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Brokkoli fozelék A:=(Tej,Glutén.) Energia: 199 (Kcal) 833 (KJ) Feh.: 8 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 15 (g) Kalc.: 284 (mg) Zsír: 5 (g) Cuk: 3 (g) Só:0,66 (g) Nátr.: 14 (mg) Tel.zsír: 3 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Frankfurti leves A:=(Glutén,Tej.) Energia: 160 (Kcal) 667 (KJ) Feh.: 6 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 23 (mg) Zsír: 11 (g) Cuk: 0 (g) Só:1,10 (g) Nátr.: 9 (mg) Tel.zsír: 2 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Zöldborsó fozelék A:=(Glutén,Tej.) Energia: 214 (Kcal) 893 (KJ) Feh.: 14 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:26 (g) Kalc.: 182 (mg) Zsír: 3 (g) Cuk: 8 (g) Só:0,64 (g) Nátr.: 15 (mg) Tel.zsír: 2 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Ananászos csirkemell filé A:=(Energia: 135 (Kcal) 563 (KJ) Feh.: 11 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 11 (g) Kalc.: 2 (mg) Zsír: 5 (g) Cuk: 9 (g) Só: 8,86 (g) Nátr.: 24 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)
Csemege uborka A:=(Energia: 21 (Kcal) 88 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 3 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 3 (g) Só:0,68 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Csirkemáj felfújt A:=(Tojás,Glutén.) Energia: 151 (Kcal) 631 (KJ) Feh.: 11 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 8 (g) Kalc.: 35 (mg) Zsír: 8 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,75 (g) Nátr.: 45 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Zöldséges csiga A:=(Glutén,Tej,Tojás.) Energia: 324 (Kcal)1355 (KJ) Feh.: 11 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 39 (g) Kalc.: 117 (mg) Zsír: 13 (g) Cuk: 5 (g) Só:1,62 (g) Nátr.: 8 (mg) Tel.zsír: 4 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Párolt csirkemell filé A:=(Energia: 72 (Kcal) 299 (KJ) Feh.: 12 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 7 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,58 (g) Nátr.: 30 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Burgonyapüré/sárgarépás A:=(Tej.) Energia: 289 (Kcal)1206 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 22 (g) Kalc.: 83 (mg) Zsír: 19 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,62 (g) Nátr.: 15 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)
Alma A:=(Energia: 34 (Kcal) 144 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 7 (g) Kalc.: 4 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 1 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Körte A:=(Energia: 38 (Kcal) 160 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 12 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 1 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)		Banán A:=(Energia: 43 (Kcal) 179 (KJ) Feh.: 1 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 5 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Alma A:=(Energia: 34 (Kcal) 144 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 7 (g) Kalc.: 4 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 1 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)

Energia 1539 KJ 368 Kcal	Energia 1624 KJ 388 Kcal	Energia 2023 KJ 484 Kcal	Energia 1371 KJ 328 Kcal	Energia 1913 KJ 458 Kcal
Feh. 12 g Kol. 0 g Kalc.: 11 mg	Feh. 19 g Kol. 0 g Kalc.: 331 mg	Feh. 18 g Kol. 0 g Kalc.: 140 mg	Feh. 27 g Kol. 0 g Kalc.: 194 mg	Feh. 15 g Kol. 0 g Kalc.: 89 mg
Zsír: 7 g Cukor 8 g Nátr.: 4 mg	Zsír: 13 g Cukor 3 g Nátr.: 60 mg	Zsír: 24 g Cukor 5 g Nátr.: 16 mg	Zsír: 5 g Cukor 8 g Nátr.: 45 mg	Zsír: 25 g Cukor 8 g Nátr.: 41 mg
Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 3 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 5 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 5 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 5 g Tr.zsír 0 g
Szénh. 63 g Só 2 g	Szénh. 63 g Só 1 g	Szénh. 49 g Só 2 g	Szénh. 37 g Só 1 g	Szénh. 40 g Só 9 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Bölcsöde 1)

2026.05.11. - 2026.05.17.

Budagyöngye Bölcsöde

1021 Budapest

Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.05.11.	Kedd 2026.05.12.	Szerda 2026.05.13.	Csütörtök 2026.05.14.	Péntek 2026.05.15.
----------------------	---------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------

4 Uzsonna

Citromos tea A:=(Energia: 20 (Kcal) 82 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 4 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Citromos tea A:=(Energia: 20 (Kcal) 82 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 4 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Tej 2,8% A:=(Tej) Energia: 110 (Kcal) 460 (KJ) Feh.: 6 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 240 (mg) Zsír: 6 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,26 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 4 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Citromos tea A:=(Energia: 20 (Kcal) 82 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 4 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Tej 2,8% A:=(Tej) Energia: 110 (Kcal) 460 (KJ) Feh.: 6 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 240 (mg) Zsír: 6 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,26 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 4 (g) Tran.zsír: 0 (g)
Trappistasajt krém A:=(Tej) Energia: 46 (Kcal) 193 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 95 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,16 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 3 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Tojás krém A:=(Tojás, Mustár, Energia: 54 (Kcal) 227 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,38 (g) Nátr.: 38 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Vajkrém magyaros A:=(Tej) Energia: 60 (Kcal) 252 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 6 (g) Cuk: 1 (g) Só: 0,16 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 3 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Tej 2,8% A:=(Tej) Energia: 110 (Kcal) 460 (KJ) Feh.: 6 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 9 (g) Kalc.: 240 (mg) Zsír: 6 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,26 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 4 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Házi szárnyas-húskrém A:=(Energia: 53 (Kcal) 223 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 2 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,26 (g) Nátr.: 8 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)
Félbarna kenyér A:=(Glutén, Energia: 100 (Kcal) 416 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 20 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 1 (g) Só: 0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Parasztkenyér A:=(Glutén, Energia: 100 (Kcal) 416 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 20 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 1 (g) Só: 0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Félbarna kenyér A:=(Glutén, Energia: 100 (Kcal) 416 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 20 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 1 (g) Só: 0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Cornexi mézes mackó A:=(Glutén, Földimogyoró, Tej, Diófélék, Sze Energia: 110 (Kcal) 459 (KJ) Feh.: 2 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 22 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 1 (g) Cuk: 8 (g) Só: 0,23 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Burgonyás kenyér A:=(Glutén, Energia: 105 (Kcal) 440 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 21 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 1 (g) Só: 0,56 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)
Hónapos retek A:=(Energia: 3 (Kcal) 13 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 6 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,01 (g) Nátr.: 6 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Lilahagyma saláta A:=(Energia: 30 (Kcal) 125 (KJ) Feh.: 1 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 7 (g) Kalc.: 1 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,21 (g) Nátr.: 2 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Csemege hagyma A:=(Energia: 55 (Kcal) 230 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 127 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,02 (g) Nátr.: 7 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)		Savanyúkáposzta A:=(Energia: 8 (Kcal) 33 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,35 (g) Nátr.: 142 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)

Energia 704 KJ 169 Kcal Feh. 7 g Kol. 0 g Kalc.: 111 mg Zsír: 4 g Cukor 1 g Nátr.: 6 mg Tel.zsír 3 g Tr.zsír 0 g Szénh. 25 g Só 1 g	Energia 850 KJ 203 Kcal Feh. 8 g Kol. 0 g Kalc.: 3 mg Zsír: 5 g Cukor 1 g Nátr.: 40 mg Tel.zsír 1 g Tr.zsír 0 g Szénh. 25 g Só 1 g	Energia 1357 KJ 325 Kcal Feh. 13 g Kol. 0 g Kalc.: 375 mg Zsír: 13 g Cukor 1 g Nátr.: 7 mg Tel.zsír 7 g Tr.zsír 0 g Szénh. 31 g Só 1 g	Energia 1000 KJ 239 Kcal Feh. 8 g Kol. 0 g Kalc.: 241 mg Zsír: 6 g Cukor 8 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 7 g Tr.zsír 0 g Szénh. 35 g Só 0 g	Energia 1156 KJ 277 Kcal Feh. 13 g Kol. 0 g Kalc.: 250 mg Zsír: 10 g Cukor 8 g Nátr.: 150 mg Tel.zsír 7 g Tr.zsír 0 g Szénh. 32 g Só 1 g
Energia 4097 KJ 980 Kcal Feh. 34 g Kol. 0 g Kalc.: 542 mg Zsír: 31 g Cukor 19 g Nátr.: 10 mg Tel.zsír 15 g Tr.zsír 0 g Szénh. 138 g Só 3 g	Energia 3886 KJ 930 Kcal Feh. 42 g Kol. 0 g Kalc.: 611 mg Zsír: 24 g Cukor 4 g Nátr.: 102 mg Tel.zsír 7 g Tr.zsír 0 g Szénh. 138 g Só 4 g	Energia 4239 KJ 1014 Kcal Feh. 38 g Kol. 0 g Kalc.: 525 mg Zsír: 39 g Cukor 19 g Nátr.: 23 mg Tel.zsír 13 g Tr.zsír 0 g Szénh. 117 g Só 3 g	Energia 3352 KJ 802 Kcal Feh. 45 g Kol. 0 g Kalc.: 678 mg Zsír: 18 g Cukor 20 g Nátr.: 47 mg Tel.zsír 13 g Tr.zsír 0 g Szénh. 104 g Só 3 g	Energia 4338 KJ 1038 Kcal Feh. 41 g Kol. 0 g Kalc.: 546 mg Zsír: 43 g Cukor 18 g Nátr.: 195 mg Tel.zsír 9 g Tr.zsír 0 g Szénh. 116 g Só 12 g