

Étlap (Bőlcsođe 1)

2026.05.25. - 2026.05.31.

Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

1 Reggeli

	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:),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)
	Teavaj A:=(Tej.) Energia: 57 (Kcal) 237 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 6 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 4 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Kométa pulykamell sonka A:=(Energia: 21 (Kcal) 89 (KJ) Feh.: 4 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:),44 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Medve sajt A:=(Tej.) Energia: 45 (Kcal) 187 (KJ) Feh.: 2 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 76 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 1 (g) Só:0,36 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Tonhal krém A:=(Halak, Mustár.) Energia: 27 (Kcal) 114 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,25 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)
	Bríós A:=(Glutén, Tej, Tojás.) Energia: 64 (Kcal) 269 (KJ) Feh.: 2 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 13 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 2 (g) Só:0,15 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Flora margarin A:=(Energia: 36 (Kcal) 150 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só:),04 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Flora margarin A:=(Energia: 36 (Kcal) 150 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,04 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (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)
		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:),52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Rozskenyér/teljeskiőrlésű A:=(Glutén.) Energia: 88 (Kcal) 368 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:17 (g) Kalc.: 12 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,52 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Kígyóuborka A:=(Energia: 3 (Kcal) 14 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 5 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,01 (g) Nátr.: 2 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)
		Paradicsom A:=(Energia: 7 (Kcal) 31 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 3 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:),00 (g) Nátr.: 2 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Vajretek A:=(Energia: 3 (Kcal) 13 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (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)	

Energia 0 KJ 0 Kcal	Energia 965 KJ 231 Kcal	Energia 767 KJ 184 Kcal	Energia 799 KJ 191 Kcal	Energia 1028 KJ 246 Kcal
Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg	Feh. 8 g Kol. 0 g Kalc.: 240 mg	Feh. 8 g Kol. 0 g Kalc.: 12 mg	Feh. 5 g Kol. 0 g Kalc.: 96 mg	Feh. 13 g Kol. 0 g Kalc.: 253 mg
Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg	Zsír: 12 g Cukor 2 g Nátr.: 0 mg	Zsír: 5 g Cukor 1 g Nátr.: 2 mg	Zsír: 7 g Cukor 1 g Nátr.: 6 mg	Zsír: 8 g Cukor 1 g Nátr.: 2 mg
Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 8 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 1 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 1 g Tr.zsír 0 g	Tel.zsír 1 g Tr.zsír 0 g
Szénh. 0 g Só 0 g	Szénh. 0 g Só 0 g	Szénh. 26 g Só 1 g	Szénh. 22 g Só 1 g	Szénh. 31 g Só 1 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Bölcsöde 1)

2026.05.25. - 2026.05.31.

Budagyöngye Bölcsöde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

2 Tízórai

	Banán turmix A:=(Tej.) Energia: 106 (Kcal) 444 (Kj) Feh.: 5 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 12 (g) Kalc.: 183 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,20 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 3 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Narancslé100% A:=() Energia: 63 (Kcal) 263 (Kj) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 13 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só:),00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Ivójoghurt 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)	Almalé 100% 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: 0,00 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)
Energia 0 Kj 0 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 0 g Só 0 g	Energia 444 Kj 106 Kcal Feh. 5 g Kol. 0 g Kalc.: 183 mg Zsír: 4 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 3 g Tr.zsír 0 g Szénh. 0 g Só 0 g	Energia 263 Kj 63 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 13 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 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 30 g Só 0 g	Energia 212 Kj 51 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 12 g Só 0 g

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (Bölcsöde 1)

2026.05.25. - 2026.05.31.

Budagyöngye Bölcsöde
1021 Budapest
Hűvösvölgyi út 12/B

Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

3 Ebéd

	Csöben sült brokkoli/sajtos A:=(Tej,Tojás,Glutén.) Energia: 319 (Kcal)334 (KJ) Feh.: 13 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 11 (g) Kalc.: 376 (mg) Zsír: 14 (g) Cuk: 3 (g) Só:0,92 (g) Nátr.: 28 (mg) Tel.zsír: 5 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Karalábé leves húsgomgóccal A:=(Tej,Glutén,Tojás.) Energia: 214 (Kcal) 894 (KJ) Feh.: 13 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 14 (g) Kalc.: 148 (mg) Zsír: 12 (g) Cuk: 5 (g) Só:),71 (g) Nátr.: 74 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Vadas mártás,fott csirkemell A:=(Mustár,Glutén,Tej.) Energia: 141 (Kcal) 588 (KJ) Feh.: 12 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:13 (g) Kalc.: 75 (mg) Zsír: 3 (g) Cuk: 1 (g) Só:0,70 (g) Nátr.: 61 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Csirkemell ragu A:=(Energia: 116 (Kcal) 486 (KJ) Feh.: 12 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 2 (g) Kalc.: 8 (mg) Zsír: 6 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,57 (g) Nátr.: 29 (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)	Meggyes kefires süti A:=(Glutén,Tojás,Tej.) Energia: 504 (Kcal)2108 (KJ) Feh.: 9 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 73 (g) Kalc.: 23 (mg) Zsír: 20 (g) Cuk: 10 (g) Só:),53 (g) Nátr.: 24 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Főtt tészta A:=(Glutén,Tojás.) Energia: 206 (Kcal) 860 (KJ) Feh.: 7 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.:40 (g) Kalc.: 14 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 1 (g) Só:0,60 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Zöldbab fozelék A:=(Glutén,Tej.) Energia: 151 (Kcal) 633 (KJ) Feh.: 7 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 20 (g) Kalc.: 229 (mg) Zsír: 5 (g) Cuk: 3 (g) Só: 0,66 (g) Nátr.: 14 (mg) Tel.zsír: 3 (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)

Energia 0 KJ	Energia 1478 KJ	Energia 3002 KJ	Energia 1592 KJ	Energia 1279 KJ
Feh. 0 g	Feh. 13 g	Feh. 22 g	Feh. 19 g	Feh. 20 g
Kol. 0 g	Kol. 13 g	Kol. 0 g	Kol. 0 g	Kol. 0 g
Kalc.: 0 mg	Kalc.: 0 mg	Kalc.: 0 mg	Kalc.: 0 mg	Kalc.: 0 mg
Zsír: 0 g	Zsír: 15 g	Zsír: 32 g	Zsír: 6 g	Zsír: 11 g
Cukor 0 g	Cukor 0 g	Cukor 0 g	Cukor 1 g	Cukor 2 g
Nátr.: 0 mg	Nátr.: 30 mg	Nátr.: 98 mg	Nátr.: 63 mg	Nátr.: 45 mg
Tel.zsír 0 g	Tel.zsír 5 g	Tel.zsír 2 g	Tel.zsír 2 g	Tel.zsír 2 g
Tr.zsír 0 g	Tr.zsír 0 g	Tr.zsír 0 g	Tr.zsír 0 g	Tr.zsír 0 g
Szénh. 0 g	Szénh. 0 g	Szénh. 87 g	Szénh. 61 g	Szénh. 30 g
Só 0 g	Só 1 g	Só 1 g	Só 1 g	Só 1 g

Étlap (Bőlcsođe 1)

2026.05.25. - 2026.05.31.

Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------

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)	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:),26 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 4 (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)
	Gyümölcsjoghurt házi/barack A:=(Tej.) Energia: 112 (Kcal) 467 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 21 (g) Kalc.: 121 (mg) Zsír: 2 (g) Cuk: 11 (g) Só:0,10 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Sárgarépakrém A:=(Tej.) Energia: 35 (Kcal) 144 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 3 (mg) Zsír: 3 (g) Cuk: 0 (g) Só:),33 (g) Nátr.: 7 (mg) Tel.zsír: 2 (g) Tran.zsír: 0 (g)	Flora margarin A:=(Energia: 36 (Kcal) 150 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 0 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 4 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,04 (g) Nátr.: 0 (mg) Tel.zsír: 1 (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)
	Háztartási keksz A:=(Glutén,Tojás,Földimogyoró,Diófélék,S Energia: 128 (Kcal) 533 (KJ) Feh.: 3 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 23 (g) Kalc.: 0 (mg) Zsír: 3 (g) Cuk: 0 (g) Só:0,00 (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:),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)	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)
			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)	Paradicsom A:=(Energia: 7 (Kcal) 31 (KJ) Feh.: 0 (g) Kol: 0 (g) Sz.h.: 1 (g) Kalc.: 3 (mg) Zsír: 0 (g) Cuk: 0 (g) Só: 0,00 (g) Nátr.: 2 (mg) Tel.zsír: 0 (g) Tran.zsír: 0 (g)

Energia 0 KJ 0 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 0 g Só 0 g	Energia 1082 KJ 259 Kcal Feh. 6 g Kol. 0 g Kalc.: 122 mg Zsír: 4 g Cukor 11 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 1 g Tr.zsír 0 g Szénh. 0 g Só 0 g	Energia 1020 KJ 244 Kcal Feh. 10 g Kol. 0 g Kalc.: 251 mg Zsír: 9 g Cukor 1 g Nátr.: 7 mg Tel.zsír 6 g Tr.zsír 0 g Szénh. 30 g Só 1 g	Energia 1255 KJ 300 Kcal Feh. 13 g Kol. 0 g Kalc.: 375 mg Zsír: 11 g Cukor 1 g Nátr.: 7 mg Tel.zsír 6 g Tr.zsír 0 g Szénh. 30 g Só 1 g	Energia 775 KJ 185 Kcal Feh. 7 g Kol. 0 g Kalc.: 14 mg Zsír: 5 g Cukor 1 g Nátr.: 10 mg Tel.zsír 6 g Tr.zsír 0 g Szénh. 28 g Só 1 g
Energia 0 KJ 0 Kcal Feh. 0 g Kol. 0 g Kalc.: 0 mg Zsír: 0 g Cukor 0 g Nátr.: 0 mg Tel.zsír 0 g Tr.zsír 0 g Szénh. 0 g Só 0 g	Energia 3968 KJ 949 Kcal Feh. 32 g Kol. 0 g Kalc.: 924 mg Zsír: 35 g Cukor 16 g Nátr.: 30 mg Tel.zsír 17 g Tr.zsír 0 g Szénh. 0 g Só 2 g	Energia 5053 KJ 1209 Kcal Feh. 40 g Kol. 0 g Kalc.: 435 mg Zsír: 46 g Cukor 17 g Nátr.: 107 mg Tel.zsír 9 g Tr.zsír 0 g Szénh. 155 g Só 3 g	Energia 4347 KJ 1040 Kcal Feh. 45 g Kol. 0 g Kalc.: 824 mg Zsír: 25 g Cukor 3 g Nátr.: 75 mg Tel.zsír 9 g Tr.zsír 0 g Szénh. 143 g Só 3 g	Energia 3293 KJ 788 Kcal Feh. 40 g Kol. 0 g Kalc.: 516 mg Zsír: 24 g Cukor 16 g Nátr.: 56 mg Tel.zsír 8 g Tr.zsír 0 g Szénh. 100 g Só 3 g