

	HÉTFŐ (03.02)	KEDD (03.03)	SZERDA (03.04)	CSÜTÖRTÖK (03.05)	PÉNTEK (03.06)	SZOMBAT (03.07)
Tízórai	Tej (tej) Kakaós gabonapehely (glutén) Energia: 248,25 kCal Zsír: 5,35 g Telített zsírsavak: 2,98 g Fehérje: 11,57 g Szénhidrát: 33,24 g Hozzáadott cukor: 2,70 g Sótartalom: 0,24 g	Gyümölcsstea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Margarin Párizsi felvágott (glutén, szója, mustár) Uborka Energia: 219,41 kCal Zsír: 7,11 g Telített zsírsavak: 1,20 g Fehérje: 7,23 g Szénhidrát: 32,84 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 1,07 g	Tej (tej) Kifli (glutén, tej) Tojáskrém (tojás, tej, mustár) Paradicsom Energia: 325,39 kCal Zsír: 7,59 g Telített zsírsavak: 3,80 g Fehérje: 16,44 g Szénhidrát: 46,24 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,79 g	Gyümölcsstea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Kenőmájás (glutén, szója, tej, mustár) Csemege uborka (mustár) Energia: 223,02 kCal Zsír: 7,11 g Telített zsírsavak: 1,20 g Fehérje: 7,23 g Szénhidrát: 33,71 g Hozzáadott cukor: 8,50 g Sótartalom: 1,07 g	Tej (tej) Kifli (glutén, tej) Aszalt paradicsomos vajkrém (tej) Mozzarella sajt (tej) Energia: 342,04 kCal Zsír: 8,34 g Telített zsírsavak: 4,86 g Fehérje: 17,80 g Szénhidrát: 46,19 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,78 g	
Ebéd	Lebbencsleves (glutén) Sertéspaprikás (glutén, tej) Párolt rizs Energia: 704,44 kCal Zsír: 23,17 g Telített zsírsavak: 5,98 g Fehérje: 28,46 g Szénhidrát: 83,41 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 2,59 g	Paradicsomleves, betűtészta (glutén, zeller) Rakott karfiol (glutén, tej) Energia: 653,67 kCal Zsír: 30,28 g Telített zsírsavak: 9,92 g Fehérje: 32,01 g Szénhidrát: 49,17 g Hozzáadott cukor: 6,50 g Sótartalom: 2,23 g	Csontleves, finommetélt (glutén, tojás, zeller) Zöldbabfőzelék (glutén, tej) Csirkevagdalt (glutén, tojás) Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Energia: 663,64 kCal Zsír: 26,94 g Telített zsírsavak: 5,60 g Fehérje: 28,55 g Szénhidrát: 67,93 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 3,19 g	Tejszínes eperleves (glutén, tej) Rántott sertéskaraj (glutén, tojás) Petrezselymes burgonya Csalamádé Energia: 746,08 kCal Zsír: 20,59 g Telített zsírsavak: 5,97 g Fehérje: 31,07 g Szénhidrát: 97,79 g Hozzáadott cukor: 10,00 g Sótartalom: 2,64 g	Bableves, reszelt tészta (glutén, tej, zeller, tojás) Rizsfelfújt (glutén, tojás, tej) Sárgabaracklekvár Energia: 715,54 kCal Zsír: 15,78 g Telített zsírsavak: 5,56 g Fehérje: 23,41 g Szénhidrát: 117,67 g Hozzáadott cukor: 28,10 g Sótartalom: 1,33 g	
Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Margarin Paprikás szalámi (glutén, szója, tej) Zöldpaprika Energia: 251,11 kCal Zsír: 7,43 g Telített zsírsavak: 2,12 g Fehérje: 8,71 g Szénhidrát: 34,22 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 1,09 g	Darált hús csiga (glutén, tojás, tej) Alma Energia: 374,61 kCal Zsír: 9,25 g Telített zsírsavak: 2,91 g Fehérje: 10,79 g Szénhidrát: 53,41 g Hozzáadott cukor: 1,00 g Sótartalom: 0,30 g	Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Margarin Fokhagymás felvágott (glutén, szója, tej, zeller, mustár) Jégcsap retek Energia: 223,84 kCal Zsír: 6,55 g Telített zsírsavak: 2,66 g Fehérje: 7,98 g Szénhidrát: 31,24 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,90 g	Almás pite (glutén, tojás, tej) Energia: 303,22 kCal Zsír: 11,38 g Telített zsírsavak: 1,54 g Fehérje: 5,72 g Szénhidrát: 42,70 g Hozzáadott cukor: 13,2 g Sótartalom: 0,00 g	Müzli szelet (glutén) Alma Energia: 200,50 kCal Zsír: 3,70 g Telített zsírsavak: 0,28 g Fehérje: 3,90 g Szénhidrát: 39,10 g Hozzáadott cukor: 4,00 g Sótartalom: 0,00 g	

	HÉTFŐ (03.09)	KEDD (03.10)	SZERDA (03.11)	CSÜTÖRTÖK (03.12)	PÉNTEK (03.13)	SZOMBAT (03.14)
Tízórai	Gyümölcsjoghurt (tej) Teljes kiőrlésű kifli (glutén)	Gyümölcstea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Margarin Zala felvágott (glutén, szója, mustár) Uborka	Tej (tej) Teljes kiőrlésű kifli (glutén) Zöldséges túrókrém (tej) Jégcsap retek	Gyümölcstea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Margarin Zöldséges felvágott (szója, tej, zeller) Paradicsom	Tej (tej) Rozskenyér (glutén, szója) Sajtkrém (tej) Zöldpaprika	
	Energia: 229,00 kCal Zsír: 5,50 g Telített zsírsavak: 1,89 g Fehérje: 9,45 g Szénhidrát: 37,71 g Hozzáadott cukor: 15,00 g Sótartalom: 0,60 g	Energia: 218,20 kCal Zsír: 7,23 g Telített zsírsavak: 1,24 g Fehérje: 7,72 g Szénhidrát: 32,51 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 1,06 g	Energia: 287,96 kCal Zsír: 8,52 g Telített zsírsavak: 4,11 g Fehérje: 15,64 g Szénhidrát: 37,61 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,92 g	Energia: 225,03 kCal Zsír: 6,73 g Telített zsírsavak: 1,24 g Fehérje: 7,75 g Szénhidrát: 34,32 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 1,06 g	Energia: 294,67 kCal Zsír: 7,71 g Telített zsírsavak: 3,23 g Fehérje: 12,04 g Szénhidrát: 38,83 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,75 g	
Ebéd	Francia hagymaleves (glutén, tej, zeller) Sült hagyma (glutén) Pulykapörkölt Tarhonya (glutén) Csalamádé	Rántott leves (glutén) Húsos tortellini (glutén, tojás) Sült csirkecomb (mustár) Párolt rizs Párolt zöldségköret	Karalábéleves (glutén, tej) Sárgaborsófőzelék (glutén) Fokhagymás sertéssült Félbarna kenyér (glutén)	Kókusztejes zöldségleves (glutén, szója, tej) Sertésvagdalt (glutén, tojás) Főtt burgonya Párolt káposzta	Bazsalikomos paradicsomleves, tésztarizs (glutén, zeller) Gombás-tejszínes halfilé (hal, tej) Galuska (glutén, tojás)	
	Energia: 702,95 kCal Zsír: 26,86 g Telített zsírsavak: 7,65 g Fehérje: 29,67 g Szénhidrát: 79,19 g Hozzáadott cukor: 2,50 g Sótartalom: 3,02 g	Energia: 701,21 kCal Zsír: 26,58 g Telített zsírsavak: 5,74 g Fehérje: 36,97 g Szénhidrát: 71,55 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 2,91 g	Energia: 689,89 kCal Zsír: 23,10 g Telített zsírsavak: 5,68 g Fehérje: 36,86 g Szénhidrát: 77,89 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 2,92 g	Energia: 698,06 kCal Zsír: 23,66 g Telített zsírsavak: 7,02 g Fehérje: 26,34 g Szénhidrát: 89,56 g Hozzáadott cukor: 6,30 g Sótartalom: 2,85 g	Energia: 708,38 kCal Zsír: 18,17 g Telített zsírsavak: 5,13 g Fehérje: 37,10 g Szénhidrát: 92,22 g Hozzáadott cukor: 6,00 g Sótartalom: 2,00 g	
Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Margarin Csemege sertéskaraj Jégsaláta Csemege uborka (mustár)	Lekváros bukta (glutén, tojás, tej) Mandarin	Félbarna kenyér (glutén) Margarin Soproni felvágott (szója, tej) Kaliforniai paprika	Túró rudi (szója, tej) Alma	Bécsi kuglóf (glutén, tojás) Alma	
	Energia: 235,64 kCal Zsír: 5,12 g Telített zsírsavak: 0,47 g Fehérje: 7,90 g Szénhidrát: 38,76 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,75 g	Energia: 327,15 kCal Zsír: 6,29 g Telített zsírsavak: 0,41 g Fehérje: 6,56 g Szénhidrát: 67,70 g Hozzáadott cukor: 17,00 g Sótartalom: 0,10 g	Energia: 237,60 kCal Zsír: 7,83 g Telített zsírsavak: 2,24 g Fehérje: 7,51 g Szénhidrát: 30,78 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,65 g	Energia: 218,70 kCal Zsír: 6,30 g Telített zsírsavak: 3,31 g Fehérje: 4,90 g Szénhidrát: 33,42 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 0,02 g	Energia: 329,92 kCal Zsír: 12,51 g Telített zsírsavak: 2,08 g Fehérje: 4,99 g Szénhidrát: 45,66 g Hozzáadott cukor: 15,40 g Sótartalom: 0,00 g	

	HÉTFŐ (03.16)	KEDD (03.17)	SZERDA (03.18)	CSÜTÖRTÖK (03.19)	PÉNTEK (03.20)	SZOMBAT (03.21)
Tízórai	Málnás ivójoghurt (tej) Teljes kiőrlésű kifli (glutén)	Gyümölcsstea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Margarin Mortadella felvágott (szója, tej) Uborka	Csokoládés tej (tej) Fonott kalács (glutén, tojás, tej)	Gyümölcsstea Teljes kiőrlésű kifli (glutén) Magyaros vajkrém (tej) Paradicsom	Tej (tej) Rozskenyér (glutén) Margarin Füstölt sajt (tej) Sörretek	
	Energia: 269,38 kCal Zsír: 6,50 g Telített zsírsavak: 2,11 g Fehérje: 9,32 g Szénhidrát: 38,57 g Hozzáadott cukor: 15,00 g Sótartalom: 0,60 g	Energia: 232,10 kCal Zsír: 7,42 g Telített zsírsavak: 1,74 g Fehérje: 8,95 g Szénhidrát: 33,74 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 1,01 g	Energia: 377,34 kCal Zsír: 11,11 g Telített zsírsavak: 2,74 g Fehérje: 13,46 g Szénhidrát: 53,75 g Hozzáadott cukor: 17,00 g Sótartalom: 0,11 g	Energia: 264,85 kCal Zsír: 11,17 g Telített zsírsavak: 4,15 g Fehérje: 5,24 g Szénhidrát: 33,25 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 0,61 g	Energia: 323,09 kCal Zsír: 10,19 g Telített zsírsavak: 4,42 g Fehérje: 13,77 g Szénhidrát: 39,91 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,83 g	
Ebéd	Tarhonyaleves (glutén) Mexikó sertéstokány Párolt rizs	Zellerkrémleves (tej, zeller) Sajtos kruton (glutén, szója, tej) Rakott kelkáposzta (glutén, tej)	Zöldborsóleves (glutén) Rántott kacsamáj (glutén, tojás) Burgonyapüré (tej) Céklasaláta	Csontleves, csigatészta (glutén, zeller, tojás) Párolt csirkemell Pirított dara (glutén) Gyümölcsmártás (glutén, tej)	Magyaros burgonyaleves, csillag tészta (glutén, zeller) Parajos-tejszínes penne reszelt sajttal (glutén, szója, tej)	
	Energia: 681,44 kCal Zsír: 20,39 g Telített zsírsavak: 3,90 g Fehérje: 26,03 g Szénhidrát: 91,05 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 1,94 g	Energia: 688,03 kCal Zsír: 29,94 g Telített zsírsavak: 12,03 g Fehérje: 31,47 g Szénhidrát: 63,13 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 2,07 g	Energia: 802,76 kCal Zsír: 19,89 g Telített zsírsavak: 6,95 g Fehérje: 35,54 g Szénhidrát: 110,43 g Hozzáadott cukor: 2,50 g Sótartalom: 3,07 g	Energia: 677,64 kCal Zsír: 19,76 g Telített zsírsavak: 3,62 g Fehérje: 33,50 g Szénhidrát: 81,17 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 1,70 g	Energia: 695,74 kCal Zsír: 27,74 g Telített zsírsavak: 9,43 g Fehérje: 25,36 g Szénhidrát: 79,97 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 2,08 g	
Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Margarin Csemege szalámi Zöldpaprika	Sajtos pogácsa (glutén, tojás, tej) Alma	Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Pritamin paprikás tojáskrém (tojás, tej) Jégcsap retek	Barackos linzer (glutén, tojás, tej)	Csokoládés-mazsolás keksz (glutén, tojás, tej)	
	Energia: 245,40 kCal Zsír: 8,33 g Telített zsírsavak: 2,16 g Fehérje: 6,96 g Szénhidrát: 32,46 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 1,05 g	Energia: 307,20 kCal Zsír: 8,11 g Telített zsírsavak: 3,52 g Fehérje: 6,98 g Szénhidrát: 48,24 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,50 g	Energia: 243,82 kCal Zsír: 5,96 g Telített zsírsavak: 0,94 g Fehérje: 5,94 g Szénhidrát: 35,81 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,63 g	Energia: 328,14 kCal Zsír: 13,90 g Telített zsírsavak: 2,54 g Fehérje: 4,32 g Szénhidrát: 42,64 g Hozzáadott cukor: 12,20 g Sótartalom: 0,00 g	Energia: 264,03 kCal Zsír: 11,70 g Telített zsírsavak: 1,29 g Fehérje: 2,52 g Szénhidrát: 32,87 g Hozzáadott cukor: 8,50 g Sótartalom: 0,10 g	

	HÉTFŐ (03.23)	KEDD (03.24)	SZERDA (03.25)	CSÜTÖRTÖK (03.26)	PÉNTEK (03.27)	SZOMBAT (03.28)
Tízórai	Gyümölcsjoghurt (tej) Teljes kiőrlésű kifli (glutén)	Gyümölcstea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Margarin Sajtos párizsi felvágott (glutén, szója, tej, mustár) Uborka	Tej (tej) Teljes kiőrlésű kifli (glutén) Zöldhagymás sonkakrém (glutén, szója, tej, zeller, mustár) Paradicsom	Zöldtea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Borjómájás (szója, tej, mustár) Zöldpaprika	Tej (tej) Rozskenyér (glutén) Tömlős sajt (tej) Retek	
	Energia: 229,00 kCal Zsír: 5,50 g Telített zsírsavak: 1,89 g Fehérje: 9,45 g Szénhidrát: 37,71 g Hozzáadott cukor: 15,00 g Sótartalom: 0,60 g	Energia: 223,65 kCal Zsír: 7,71 g Telített zsírsavak: 1,30 g Fehérje: 7,28 g Szénhidrát: 32,88 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 1,02 g	Energia: 314,77 kCal Zsír: 11,13 g Telített zsírsavak: 5,28 g Fehérje: 16,29 g Szénhidrát: 37,86 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,93 g	Energia: 248,50 kCal Zsír: 6,07 g Telített zsírsavak: 2,49 g Fehérje: 7,95 g Szénhidrát: 37,78 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 0,90 g	Energia: 307,52 kCal Zsír: 8,82 g Telített zsírsavak: 3,18 g Fehérje: 12,98 g Szénhidrát: 39,04 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,87 g	
Ebéd	Tavaszi zöldségleves (glutén) Rántott sajt (glutén, tojás, tej) Párolt rizs Tartármártás (glutén, tojás, szója, tej, mustár, SO2)	Gombaleves, reszelt tészta (glutén, tej, tojás) Húsos rakott burgonya (glutén, tojás, tej) Csemege uborka (mustár)	Zöldséges lencseleves (glutén, tej, zeller, mustár) Csomboros káposzta húsgombóccal (glutén, tojás, tej) Félbarna kenyér (glutén)	Vaníliás körteleves (glutén, tej, SO2) Sajttal grillezett csirkemell (tej) Sült burgonya Céklasaláta	Mustáros- tejfölös halleves (glutén, rák, hal, tej, zeller, mustár) Gyufa tészta (glutén) Dejós tészta (glutén)	
	Energia: 810,25 kCal Zsír: 34,78 g Telített zsírsavak: 14,25 g Fehérje: 30,03 g Szénhidrát: 87,81 g Hozzáadott cukor: 0,60 g Sótartalom: 2,72 g	Energia: 720,09 kCal Zsír: 30,73 g Telített zsírsavak: 11,39 g Fehérje: 29,88 g Szénhidrát: 73,80 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 2,30 g	Energia: 650,74 kCal Zsír: 33,03 g Telített zsírsavak: 9,31 g Fehérje: 30,23 g Szénhidrát: 50,62 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 2,13 g	Energia: 731,09 kCal Zsír: 16,02 g Telített zsírsavak: 6,31 g Fehérje: 35,83 g Szénhidrát: 101,91 g Hozzáadott cukor: 7,50 g Sótartalom: 2,85 g	Energia: 751,26 kCal Zsír: 18,38 g Telített zsírsavak: 3,12 g Fehérje: 29,73 g Szénhidrát: 106,95 g Hozzáadott cukor: 14,40 g Sótartalom: 1,58 g	
Uzsonna	Túrós batyu (glutén, tojás, tej)	Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Tormás sajtkrém (glutén, szója, tej, tojás, mustár, SO2) Füstölt sonka (glutén, szója, tej, zeller, mustár) Lilahagymasaláta	Félbarna kenyér (glutén) Margarin Löncshús (szója, tej) Jégcsap retek	Meggyes-vaníliás kevert sütemény (glutén, tojás)	Banán	
	Energia: 298,58 kCal Zsír: 6,59 g Telített zsírsavak: 1,72 g Fehérje: 12,00 g Szénhidrát: 46,17 g Hozzáadott cukor: 7,50 g Sótartalom: 0,50 g	Energia: 249,08 kCal Zsír: 8,37 g Telített zsírsavak: 2,90 g Fehérje: 9,01 g Szénhidrát: 32,14 g Hozzáadott cukor: 0,50 g Sótartalom: 1,25 g	Energia: 215,55 kCal Zsír: 5,62 g Telített zsírsavak: 1,43 g Fehérje: 8,08 g Szénhidrát: 31,14 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,97 g	Energia: 288,91 kCal Zsír: 10,56 g Telített zsírsavak: 2,25 g Fehérje: 4,48 g Szénhidrát: 39,75 g Hozzáadott cukor: 12,40 g Sótartalom: 0,00 g	Energia: 247,50 kCal Zsír: 0,50 g Telített zsírsavak: 0,00 g Fehérje: 3,35 g Szénhidrát: 54,55 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,00 g	

	HÉTFŐ (03.30)	KEDD (03.31)	SZERDA (04.01)	CSÜTÖRTÖK (04.02)	PÉNTEK (04.03)	SZOMBAT (04.04)
Tízórai	Tej (tej) Aszalt gyümölcsös müzli (glutén, SO2) Energia: 245,50 kCal Zsír: 5,96 g Telített zsírsavak: 3,41 g Fehérje: 13,43 g Szénhidrát: 30,84 g Hozzáadott cukor: 3,55 g Sótartalom: 0,12 g	Gyümölcs tea Teljes kiőrlésű zsemle (glutén) Margarin Olasz felvágott (glutén, szója, tej, mustár) Uborka Energia: 223,90 kCal Zsír: 7,89 g Telített zsírsavak: 1,16 g Fehérje: 7,62 g Szénhidrát: 32,72 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 1,02 g	Zöldtea Kifli (glutén, tej) Kockasajt (tej) Retek Energia: 228,71 kCal Zsír: 5,74 g Telített zsírsavak: 1,76 g Fehérje: 8,49 g Szénhidrát: 32,91 g Hozzáadott cukor: 8,00 g Sótartalom: 0,63 g			
Ebéd	Brokkolikrémleves, levesgyöngy (glutén, tojás, tej) Sertéspörkölt (glutén) Párolt rizs Káposztasaláta Energia: 730,80 kCal Zsír: 27,08 g Telített zsírsavak: 6,13 g Fehérje: 29,65 g Szénhidrát: 84,94 g Hozzáadott cukor: 1,50 g Sótartalom: 2,74 g	Paradicsomleves, betűtészta (glutén, zeller) Zöldborsófőzelék (glutén) Sertésvagdalt (glutén, tojás) Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Energia: 780,44 kCal Zsír: 26,64 g Telített zsírsavak: 6,30 g Fehérje: 37,79 g Szénhidrát: 91,33 g Hozzáadott cukor: 5,20 g Sótartalom: 3,08 g	Csurgatott tojásleves (glutén, tojás) Párolt sertéscomb Vadasmártás (glutén, tej, mustár, SO2) Spagetti (glutén) Energia: 703,94 kCal Zsír: 28,18 g Telített zsírsavak: 7,65 g Fehérje: 31,85 g Szénhidrát: 72,82 g Hozzáadott cukor: 4,30 g Sótartalom: 3,11 g			
Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér (glutén, szója) Margarin Füstölt kolbász Paradicsom Energia: 278,60 kCal Zsír: 11,34 g Telített zsírsavak: 2,91 g Fehérje: 8,58 g Szénhidrát: 29,98 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 1,10 g	Kakaós csiga (glutén, tojás, tej) Alma Energia: 380,14 kCal Zsír: 9,11 g Telített zsírsavak: 1,21 g Fehérje: 7,14 g Szénhidrát: 63,64 g Hozzáadott cukor: 9,50 g Sótartalom: 0,21 g	Sajtos keksz (glutén, tej) Mandarin Energia: 298,09 kCal Zsír: 12,05 g Telített zsírsavak: 5,16 g Fehérje: 9,82 g Szénhidrát: 34,51 g Hozzáadott cukor: 0,00 g Sótartalom: 0,44 g			