

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: ÁLTISK "TÍZÓRAI"	
Dátum: 2025/12/01	

Hétfo 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Gyümölcstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcstea 36 kcal151 kJ	Kakaó 1,5 % -os tejből 137 kcal572 kJ A:Tej,	Gyümölcstea 36 kcal151 kJ
Dzsem margarin fehér kenyér 216 kcal903 kJ A:Glutén,	Sajtkrém teljeskiorlésu kenyér 155 kcal648 kJ A:Glutén, Tej,	Tojáskrém teljeskiorlésu kenyér 200 kcal838 kJ A:Glutén, Tojás, Mustár,	Fonott kalács 154 kcal645 kJ A:Glutén,	Sonka margarin teljeskiorlésu kenyér 172 kcal718 kJ A:Glutén,
	Kápia paprika 6 kcal25 kJ	Retek 5 kcal19 kJ		Uborka 4 kcal15 kJ

Kalória:	252,13 kcal	Kalória:	197,01kcal	Kalória:	241,17kcal	Kalória:	291,04kcal	Kalória:	211,34kcal
Energia:	1.054,40 kJ	Energia:	823,88kJ	Energia:	1.008,54 kJ	Energia:	1.217,10kJ	Energia:	883,81 kJ
Zsír::	2,6368 g	Zsír::	2,5068 g	Zsír::	11,5068 g	Zsír::	6,4900 g	Zsír::	4,1768 g
Fehérje:	3,5277 g	Fehérje:	7,8577 g	Fehérje:	8,0537 g	Fehérje:	10,0950 g	Fehérje:	9,2977 g
Szénhidrát:	53,4121 g	Szénhidrát:	34,6871 g	Szénhidrát:	32,5831 g	Szénhidrát:	45,7850 g	Szénhidrát:	33,3471 g
Só:	0,6010 g	Só:	0,7550 g	Só:	0,7170 g	Só:	0,5500 g	Só:	1,3380 g
Cukor:	27,1550 g	Cukor:	10,6350 g	Cukor:	9,9220 g	Cukor:	21,9850 g	Cukor:	9,8650 g
Tel.zsírsav:	1,3600 g	Tel.zsírsav:	0,9600 g	Tel.zsírsav:	0,6720 g	Tel.zsírsav:	3,8700 g	Tel.zsírsav:	1,7600 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: ÁLTISK "TÍZÓRAI ÉRZÉKENY"

Dátum: 2025/12/01

Hétfo 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ
Dzsem margarin fehér kenyér 265 kcal1.109 kJ A:Glutén,	Margarin teljeskiorlésu kenyér 171 kcal716 kJ A:Glutén,	Tojáskrém teljeskiorlésu kenyér 249 kcal1.040 kJ A:Glutén, Tojás, Mustár,	Fonott kalács 217 kcal906 kJ A:Glutén,	Sonka margarin teljeskiorlésu kenyér 229 kcal956 kJ A:Glutén,
	Kápia paprika 6 kcal25 kJ	Retek 5 kcal19 kJ		Uborka 4 kcal15 kJ

Kalória:	301,43 kcal	Kalória:	213,34kcal	Kalória:	289,34kcal	Kalória:	252,79kcal	Kalória:	268,36kcal
Energia:	1.260,55 kJ	Energia:	892,16kJ	Energia:	1.209,99 kJ	Energia:	1.057,16kJ	Energia:	1.122,26 kJ
Zsír::	2,8788 g	Zsír::	1,6728 g	Zsír::	11,8728 g	Zsír::	4,8878 g	Zsír::	5,5428 g
Fehérje:	4,8697 g	Fehérje:	7,0132 g	Fehérje:	9,9517 g	Fehérje:	4,8957 g	Fehérje:	11,2207 g
Szénhidrát:	63,5721 g	Szénhidrát:	41,0846 g	Szénhidrát:	41,4731 g	Szénhidrát:	48,6118 g	Szénhidrát:	42,2621 g
Só:	0,8070 g	Só:	0,7190 g	Só:	0,9190 g	Só:	0,4900 g	Só:	1,5800 g
Cukor:	27,1970 g	Cukor:	9,8965 g	Cukor:	10,1760 g	Cukor:	16,3640 g	Cukor:	10,1440 g
Tel.zsírsav:	1,4520 g	Tel.zsírsav:	0,4590 g	Tel.zsírsav:	0,7560 g	Tel.zsírsav:	2,6180 g	Tel.zsírsav:	2,3940 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK EBÉD
Dátum: 2025/12/01

Hétfo 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Kelkáposztaleves 218 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 885 kJ	Szamócaleves 133 kcal A:Glutén, Tej, 554 kJ	Zöldségleves 109 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 426 kJ	Sertéshúsleves 123 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 484 kJ	Sütötökrémleves 114 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 449 kJ
Sajtos tejfölös metélt 496 kcal A:Glutén, Tej, 2.072 kJ	Bácskai rizseshús 453 kcal 1.893 kJ	Fasírt sütoben sütv 239 kcal A:Glutén, Szójabab, 998 kJ	Húsgombóc paradicsom mártással 286 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.196 kJ	Rántott halfilé sütoben sütv 209 kcal A:Glutén, Halak, 874 kJ
	Csemege uborka 11 kcal A:Mustár, 45 kJ	Lencsefozelék 275 kcal A:Glutén, Tej, Mustár, 1.149 kJ	Fott burgonya 1/2 adag 85 kcal 354 kJ	Rizibizi 311 kcal 1.300 kJ
			Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal A:Glutén, 504 kJ	

Kalória:	713,49 kcal	Kalória:	595,97kcal	Kalória:	622,19kcal	Kalória:	613,48kcal	Kalória:	633,62kcal
Energia:	2.957,75 kJ	Energia:	2.492,13kJ	Energia:	2.573,33 kJ	Energia:	2.536,81kJ	Energia:	2.623,73 kJ
Zsír::	34,9999 g	Zsír::	18,1474 g	Zsír::	29,0960 g	Zsír::	11,3636 g	Zsír::	23,7046 g
Fehérje:	25,0587 g	Fehérje:	24,5058 g	Fehérje:	27,1137 g	Fehérje:	32,8127 g	Fehérje:	21,7639 g
Szénhidrát:	70,7826 g	Szénhidrát:	78,5096 g	Szénhidrát:	54,9388 g	Szénhidrát:	89,1913 g	Szénhidrát:	82,6020 g
Só:	1,2853 g	Só:	1,8653 g	Só:	2,2549 g	Só:	2,0201 g	Só:	1,7694 g
Cukor:	6,8058 g	Cukor:	18,0819 g	Cukor:	7,9451 g	Cukor:	18,8996 g	Cukor:	5,1385 g
Tel.zsírsv:	11,7251 g	Tel.zsírsv:	4,9713 g	Tel.zsírsv:	6,5012 g	Tel.zsírsv:	2,4030 g	Tel.zsírsv:	2,7175 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: ÁLTISK "EBÉD ÉRZÉKENY"

Dátum: 2025/12/01

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfo 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Kelkáposztaleves 194 kcal A:Glutén, Zeller, 785 kJ	Szamócaleves 176 kcal A:Glutén, 734 kJ	Zöldségleves 101 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 393 kJ	Sertéshúsleves 150 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 597 kJ	Sütötökrémleves 88 kcal A:Glutén, Zeller, 340 kJ
Morzsás tészta 419 kcal A:Glutén, 1.754 kJ	Bácskai rizseshús 457 kcal 1.909 kJ	Fasírt sütoben sütv 216 kcal A:Glutén, Szójabab, 904 kJ	Húsgombóc paradicsom mártással 335 kcal A:Glutén, Zeller, 1.401 kJ	Rántott halfilé sütoben sütv 209 kcal A:Glutén, Halak, 874 kJ
	Csemege uborka 14 kcal A:Mustár, 60 kJ	Lencsefozelék 316 kcal A:Glutén, Mustár, 1.322 kJ	Fott burgonya 1/2 adag 85 kcal 354 kJ	Rizibizi 311 kcal 1.300 kJ
		Dinsztelt sertés 8 kcal 34 kJ	Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal A:Glutén, 504 kJ	

Kalória:	613,40 kcal	Kalória:	646,60kcal	Kalória:	641,19kcal	Kalória:	689,84kcal	Kalória:	607,69kcal
Energia:	2.539,16 kJ	Energia:	2.703,85kJ	Energia:	2.652,79 kJ	Energia:	2.856,15kJ	Energia:	2.515,30 kJ
Zsír::	15,4298 g	Zsír::	14,2974 g	Zsír::	26,0061 g	Zsír::	13,7828 g	Zsír::	20,9395 g
Fehérje:	17,2928 g	Fehérje:	25,0368 g	Fehérje:	31,1762 g	Fehérje:	44,7287 g	Fehérje:	21,7570 g
Szénhidrát:	97,8786 g	Szénhidrát:	98,2079 g	Szénhidrát:	60,7850 g	Szénhidrát:	89,1500 g	Szénhidrát:	82,3500 g
Só:	0,7336 g	Só:	2,3378 g	Só:	2,0692 g	Só:	2,0981 g	Só:	1,7688 g
Cukor:	23,7798 g	Cukor:	36,3979 g	Cukor:	7,9711 g	Cukor:	18,8996 g	Cukor:	5,0035 g
Tel.zsírsav:	1,7626 g	Tel.zsírsav:	2,5681 g	Tel.zsírsav:	4,8724 g	Tel.zsírsav:	3,5250 g	Tel.zsírsav:	2,4160 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: ÁLTISK/FELSŐ EBÉD "A"	
Dátum: 2025/12/01	

Hétfő 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Frankfurtileves 318 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, 1.304 kJ	Szamócaleves 95 kcal A:Glutén, 399 kJ	Zöldségleves 111 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 438 kJ	Sertéshúsleves 136 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 540 kJ	Sütötökrémleves 122 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 483 kJ
Sajtos tejfölös metélt 470 kcal A:Glutén, Tej, 1.966 kJ	Bácskai rizseshús 507 kcal 2.121 kJ	Fasírt sütoben sütv 278 kcal A:Glutén, Szójabab, 1.162 kJ	Húsgombóc paradicsom mártással 351 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.468 kJ	Rántott halfilé sütoben sütv 241 kcal A:Glutén, Halak, 1.007 kJ
Körte 52 kcal 218 kJ	Csemege uborka 13 kcal A:Mustár, 53 kJ	Lencsefozelék 324 kcal A:Glutén, Tej, Mustár, 1.353 kJ	Fott burgonya 1/2 adag 94 kcal 393 kJ	Rizibizi 337 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.410 kJ
	Kenyér 123 kcal A:Glutén, 515 kJ		Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal A:Glutén, 504 kJ	Friss saláta 61 kcal 257 kJ

Kalória:	840,34 kcal	Kalória:	738,55kcal	Kalória:	712,87kcal	Kalória:	701,55kcal	Kalória:	761,04kcal
Energia:	3.487,99 kJ	Energia:	3.088,32kJ	Energia:	2.952,54 kJ	Energia:	2.905,11kJ	Energia:	3.156,58 kJ
Zsír::	36,1494 g	Zsír::	15,4247 g	Zsír::	32,5386 g	Zsír::	18,1540 g	Zsír::	28,2701 g
Fehérje:	33,2375 g	Fehérje:	30,4715 g	Fehérje:	31,3175 g	Fehérje:	37,3260 g	Fehérje:	26,0844 g
Szénhidrát:	90,2381 g	Szénhidrát:	112,8014 g	Szénhidrát:	64,1518 g	Szénhidrát:	90,8970 g	Szénhidrát:	99,8448 g
Só:	2,8425 g	Só:	2,7137 g	Só:	2,5589 g	Só:	2,2749 g	Só:	2,2234 g
Cukor:	17,2480 g	Cukor:	18,4211 g	Cukor:	10,0971 g	Cukor:	19,7304 g	Cukor:	16,6095 g
Tel.zsírsav:	15,6840 g	Tel.zsírsav:	2,9847 g	Tel.zsírsav:	7,1602 g	Tel.zsírsav:	3,3870 g	Tel.zsírsav:	3,2400 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: ÁLTISK /FELSŐ EBÉD"B"	
Dátum: 2025/12/01	

Hétfő 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Frankfurtileves 318 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, 1.304 kJ	Szamócaleves 95 kcal A:Glutén, 399 kJ	Zöldségleves 111 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 438 kJ	Sertéshúsleves 136 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 540 kJ	Sütötökrémleves 122 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 483 kJ
Sajtos tejfölös metélt 470 kcal A:Glutén, Tej, 1.966 kJ	Bácskai rizseshús 507 kcal 2.121 kJ	Fasírt sütoben sütv 278 kcal A:Glutén, Szójabab, 1.162 kJ	Húsgombóc paradicsom mártással 351 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.468 kJ	Rántott halfilé sütoben sütv 241 kcal A:Glutén, Halak, 1.007 kJ
Körte 52 kcal 218 kJ	Csemege uborka 13 kcal A:Mustár, 53 kJ	Lencsefozelék 324 kcal A:Glutén, Tej, Mustár, 1.353 kJ	Fott burgonya 1/2 adag 94 kcal 393 kJ	Rizibizi 337 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.410 kJ
	Kenyér 123 kcal A:Glutén, 515 kJ		Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal A:Glutén, 504 kJ	Friss saláta 61 kcal 257 kJ

Kalória:	840,34 kcal	Kalória:	738,55kcal	Kalória:	712,87kcal	Kalória:	701,55kcal	Kalória:	761,04kcal
Energia:	3.487,99 kJ	Energia:	3.088,32kJ	Energia:	2.952,54 kJ	Energia:	2.905,11kJ	Energia:	3.156,58 kJ
Zsír::	36,1494 g	Zsír::	15,4247 g	Zsír::	32,5386 g	Zsír::	18,1540 g	Zsír::	28,2701 g
Fehérje:	33,2375 g	Fehérje:	30,4715 g	Fehérje:	31,3175 g	Fehérje:	37,3260 g	Fehérje:	26,0844 g
Szénhidrát:	90,2381 g	Szénhidrát:	112,8014 g	Szénhidrát:	64,1518 g	Szénhidrát:	90,8970 g	Szénhidrát:	99,8448 g
Só:	2,8425 g	Só:	2,7137 g	Só:	2,5589 g	Só:	2,2749 g	Só:	2,2234 g
Cukor:	17,2480 g	Cukor:	18,4211 g	Cukor:	10,0971 g	Cukor:	19,7304 g	Cukor:	16,6095 g
Tel.zsírsav:	15,6840 g	Tel.zsírsav:	2,9847 g	Tel.zsírsav:	7,1602 g	Tel.zsírsav:	3,3870 g	Tel.zsírsav:	3,2400 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: ÁL.TISK"FELSŐ EBÉD ÉRZÉKENY"

Dátum: 2025/12/01

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfő 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Frankfurtileves 287 kcal A:Glutén, Zeller, 1.174 kJ	Szamócaleves 95 kcal A:Glutén, 399 kJ	Zöldségleves 80 kcal A:Zeller, 304 kJ	Sertéshúsleves 124 kcal A:Zeller, 488 kJ	Sütötökrémleves 122 kcal A:Glutén, Zeller, 485 kJ
Morzsás tészta 419 kcal A:Glutén, 1.754 kJ	Bácskai rizseshús 507 kcal 2.121 kJ	Fasírt sütoben sütv 278 kcal A:Glutén, Szójabab, 1.162 kJ	Húsgombóc paradicsom mártással 390 kcal A:Glutén, Zeller, 1.632 kJ	Rántott halfilé sütoben sütv 290 kcal A:Glutén, Halak, 1.211 kJ
Körte 52 kcal 218 kJ	Csemege uborka 13 kcal A:Mustár, 53 kJ	Lencsefozelék 365 kcal A:Glutén, Mustár, 1.526 kJ	Fott burgonya 1/2 adag 94 kcal 393 kJ	Rizibizi 378 kcal 1.582 kJ
	Kenyér 123 kcal A:Glutén, 515 kJ	Dinsztelt sertés 23 kcal 98 kJ	Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal A:Glutén, 504 kJ	Friss saláta 64 kcal 267 kJ

Kalória:	758,51 kcal	Kalória:	738,55kcal	Kalória:	745,78kcal	Kalória:	728,15kcal	Kalória:	853,86kcal
Energia:	3.145,76 kJ	Energia:	3.088,32kJ	Energia:	3.090,15 kJ	Energia:	3.016,36kJ	Energia:	3.544,74 kJ
Zsír::	22,4844 g	Zsír::	15,4247 g	Zsír::	31,6870 g	Zsír::	19,6350 g	Zsír::	31,0195 g
Fehérje:	24,0205 g	Fehérje:	30,4715 g	Fehérje:	37,1184 g	Fehérje:	45,7367 g	Fehérje:	29,4870 g
Szénhidrát:	110,2081 g	Szénhidrát:	112,8014 g	Szénhidrát:	66,6816 g	Szénhidrát:	84,3103 g	Szénhidrát:	112,9610 g
Só:	2,0785 g	Só:	2,7137 g	Só:	2,6109 g	Só:	2,3289 g	Só:	2,4448 g
Cukor:	33,8650 g	Cukor:	18,4211 g	Cukor:	10,1571 g	Cukor:	20,7315 g	Cukor:	17,8125 g
Tel.zsírsav:	6,1510 g	Tel.zsírsav:	2,9847 g	Tel.zsírsav:	6,0831 g	Tel.zsírsav:	4,2680 g	Tel.zsírsav:	3,5550 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk
Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: ÁLTISK "UZSONNA"
Dátum: 2025/12/01

Hétfo 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Zala felvágott margarin teljeskiorlésu kenyér 205 kcal A:Glutén, 857 kJ	Tej 1,5 %-os 92 kcal A:Tej, 385 kJ	Gyümölcsös joghurt 98 kcal A:Tej, 408 kJ	Félkemény sajt margarin teljeskiorlésu kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.029 kJ	Tej 1,5 %-os 92 kcal A:Tej, 385 kJ
Paprika 17 kcal 69 kJ	Mákos rúd 249 kcal A:Glutén, Tej, Diófélék, 1.040 kJ	Kifli 151 kcal A:Glutén, 632 kJ	Paprika 17 kcal 69 kJ	Kakaós csiga 198 kcal A:Glutén, 827 kJ

Kalória:	221,37 kcal	Kalória:	340,70kcal	Kalória:	248,52kcal	Kalória:	262,47kcal	Kalória:	289,69kcal
Energia:	925,76 kJ	Energia:	1.424,77kJ	Energia:	1.039,28 kJ	Energia:	1.097,64kJ	Energia:	1.211,45 kJ
Zsír::	8,5050 g	Zsír::	14,7120 g	Zsír::	2,9895 g	Zsír::	11,8050 g	Zsír::	11,1550 g
Fehérje:	8,9600 g	Fehérje:	10,7880 g	Fehérje:	8,2835 g	Fehérje:	12,2600 g	Fehérje:	9,5550 g
Szénhidrát:	23,6500 g	Szénhidrát:	40,1940 g	Szénhidrát:	45,9580 g	Szénhidrát:	23,2300 g	Szénhidrát:	36,7100 g
Só:	1,1200 g	Só:	0,2900 g	Só:	0,5705 g	Só:	1,1350 g	Só:	0,2550 g
Cukor:	0,7700 g	Cukor:	17,0760 g	Cukor:	13,8065 g	Cukor:	0,7400 g	Cukor:	18,0150 g
Tel.zsírsav:	3,4800 g	Tel.zsírsav:	7,6640 g	Tel.zsírsav:	1,8505 g	Tel.zsírsav:	6,9600 g	Tel.zsírsav:	6,5900 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: ÁLTISK "UZSONNA ÉRZÉKENY"

Dátum: 2025/12/01

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfo 2025/12/01	Kedd 2025/12/02	Szerda 2025/12/03	Csütörtök 2025/12/04	Péntek 2025/12/05
Zala felvágott margarin teljeskiorlésu kenyér 205 kcal857 kJ A:Glutén,	Gyümölcstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcsös joghurt 8 kcal34 kJ A:Tej,	Margarin teljeskiorlésu kenyér 195 kcal816 kJ A:Glutén,	Gyümölcstea 36 kcal151 kJ
Paprika 17 kcal69 kJ	Dejós rúd 205 kcal859 kJ A:Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék,	Almapüré 65 kcal271 kJ	Paprika 17 kcal69 kJ	Kakaós csiga 189 kcal792 kJ A:Glutén,
		Kifli 151 kcal632 kJ A:Glutén,		

Kalória:	221,37 kcal	Kalória:	241,57kcal	Kalória:	224,04kcal	Kalória:	211,64kcal	Kalória:	225,65kcal
Energia:	925,76 kJ	Energia:	1.010,22kJ	Energia:	936,93 kJ	Energia:	885,08kJ	Energia:	943,65 kJ
Zsír::	8,5050 g	Zsír::	8,6735 g	Zsír::	0,6978 g	Zsír::	4,3710 g	Zsír::	7,8170 g
Fehérje:	8,9600 g	Fehérje:	4,7327 g	Fehérje:	5,2906 g	Fehérje:	6,9580 g	Fehérje:	2,8346 g
Szénhidrát:	23,6500 g	Szénhidrát:	33,1980 g	Szénhidrát:	46,3934 g	Szénhidrát:	32,0900 g	Szénhidrát:	35,0425 g
Só:	1,1200 g	Só:	0,4263 g	Só:	0,4559 g	Só:	0,8270 g	Só:	0,0527 g
Cukor:	0,7700 g	Cukor:	14,0554 g	Cukor:	13,4169 g	Cukor:	0,9640 g	Cukor:	17,0644 g
Tel.zsírsav:	3,4800 g	Tel.zsírsav:	4,1113 g	Tel.zsírsav:	0,3609 g	Tel.zsírsav:	1,9440 g	Tel.zsírsav:	4,3988 g