

TÚRÓS-TEJFÖLÖS POGÁCSA

Lédig

Tápérték információ /100 g/

Energia(kj)	1 695 kJ
Energia(kcal)	420 kcal
Zsír(g)	25,97 g
Tel.zsírs(g)	14,44 g
Szénhidrát(g)	36,05 g
Cukrok(g)	2,06 g
Fehérje(g)	9,73 g
Só(g)	3,69 g

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

Omlós-sajtos apró pogácsa (lédig)

Aprópogácsa omlós tésztából, sajttal szórva.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1566 kJ
Energia(kcal)	377 kcal
Zsír(g)	17,24 g
Tel.zsírs(g)	8,76 g
Szénhidrát(g)	45,65 g

Cukrok(g)	1,69 g
Fehérje(g)	8,67 g
Só(g)	2,72 g

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

PEREC SAJTOS / 200 g /

Perc formájú tészta, sajttal díszítve.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 429 kj
Energia(kcal)	340 kcal
Zsír(g)	11 g (16%)
Tel.zsír(g)	5,6 g (28%)
Szénhidrát(g)	48 g (18%)
Cukrok(g)	6,0 g (7%)
Fehérje(g)	12 g (24%)
Só(g)	0,84 g (14%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

PEREC SÓS / 180 g /

Perc formájú tészta, sós masszával díszítve.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 140 kj
Energia(kcal)	270 kcal
Zsír(g)	5,8 g (8%)
Tel.zsírs(g)	3,0 g (15%)
Szénhidrát(g)	48 g (18%)
Cukrok(g)	6,0 g (7%)
Fehérje(g)	7,0 g (14%)
Só(g)	0,62 g (10%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

VAJAS POGÁCSA / 100 g /

Édes pogácsa omlós tésztából.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 369 kj
Energia(kcal)	324 kcal
Zsír(g)	6,9 g (10%)
Tel.zsírs(g)	3,5 g (18%)
Szénhidrát(g)	57 g (22%)
Cukrok(g)	7,2 g (8%)

Fehérje(g)	8,5 g (17%)
Só(g)	0,74 g (12%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

TEPERTŐS POGÁCSA / 100 g /

Tepertő krémes tészta, felülete mintázott.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 394 kj
Energia(kcal)	331 kcal
Zsír(g)	11 g (16%)
Tel.zsírs(g)	5,4 g (27%)
Szénhidrát(g)	44 g (17%)
Cukrok(g)	1,2 g (1%)
Fehérje(g)	13 g (27%)
Só(g)	2,7 g (44%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

OMLÓS-SAJTOS POGÁCSA / 100 g

/

Omlós tészta sajttal szórva

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 641 kj
Energia(kcal)	392 kcal
Zsír(g)	20 g (28%)
Tel.zsírs(g)	10 g (52%)
Szénhidrát(g)	43 g (17%)
Cukrok(g)	1,3 g (2%)
Fehérje(g)	10 g (20%)
Só(g)	2,5 g (42%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

**OMLÓS-SAJTOS APRÓ POGÁCSA /
CSOM. – 300 g /**

Aprópogácsa omlós tésztából, sajttal szórva.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	2 043 kj
Energia(kcal)	488 kcal
Zsír(g)	26 g (38%)
Tel.zsírs(g)	14 g (68%)
Szénhidrát(g)	47 g (18%)

Cukrok(g)	1,5 g (2%)
Fehérje(g)	16 g (32%)
Só(g)	3,0 g (49%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)