

# Étlap tervezet

2018 1. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2018.01.01.-2018.01.07.

Étlap: Kinder

2003 Vizafogó konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Tejeskávé Vajas kifli  En: 1099 kJ ( 263 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 8,2 g Feh: 10,1 g Só: 0,6 g Allergének:1,7	Citromos tea Margarin Méz Fehér formakenyér  En: 1429 kJ ( 341 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,2 g Cukor: 21,1 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1	Kakaó Foszlóskalács  En: 1271 kJ ( 304 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 12,8 g Feh: 12,0 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Citromos tea Baromfipárizsi Ráma harmónia TK zsemle  En: 1886 kJ ( 450 kCal) Zsír: 27,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,4 g Cukor: 9,0 g Feh: 8,2 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7
Ebéd		Zöldborsóleves Sajttal töltött pulykamell Párolt rizs Vitamin saláta  En: 3696 kJ ( 883 kCal) Zsír: 45,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 99,6 g Cukor: 5,0 g Feh: 26,7 g Só: 2,4 g Allergének:1,3,9	Csontleves Finommetélt Paradicsomos sertés húsgombóc Főtt burgonya1/2  En: 2853 kJ ( 681 kCal) Zsír: 24,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,4 g Cukor: 15,0 g Feh: 27,3 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7,9	Zellerkrémleves Leves gyöngy Gombás csirkeragu Tésztaköret Mandarin  En: 3003 kJ ( 717 kCal) Zsír: 26,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,7,9	Zöldbableves (magyaros) Tökfőzelék Sertéspörkölt Müzliszelet  En: 2821 kJ ( 674 kCal) Zsír: 35,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 58,2 g Cukor: 6,8 g Feh: 26,9 g Só: 1,2 g Allergének:1,5,6,7,8,9,11,12
Uzsonna		Marhapárizsi Delma margarin Kaliforniai paprika TK formakenyér  En: 1245 kJ ( 297 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,1 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Diákcsemege Kígyó uborka Liga Csökk. zsírtart. margarin TK zsemle  En: 1485 kJ ( 355 kCal) Zsír: 19,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,7 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Gépsonka Delma margarin Lilahagyma TK formakenyér  En: 1199 kJ ( 286 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 13,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7	Pizzás csiga / Pék  En: 1097 kJ ( 262 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,3 g Cukor: 2,7 g Feh: 4,1 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Tar József.  
Tsz:06 706279212

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet.

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szójabab és abból készült termékek, 7.-Tej- és tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezámmag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek