

# Étlap tervezet

2017 49. hét

2017.12.04.-2017.12.10.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Gyümölcsstea Margarin Gépsonka TK formakenyér</p> <p>En: 1554 kJ ( 371 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 13,0 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Karamellás tej Foszlóskalács</p> <p>En: 1209 kJ ( 289 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 11,8 g Feh: 11,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcsstea Cukkinikrém Félbarna kenyér</p> <p>En: 1041 kJ ( 249 kCal) Zsír: 2,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 4,8 g Só: 1,0 g Allergének:1</p>	<p>TEJ 1,5 Briós</p> <p>En: 1129 kJ ( 270 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 7,3 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Gyümölcsstea Kenőmájás Kaliforniai paprika TK formakenyér</p> <p>En: 1517 kJ ( 362 kCal) Zsír: 11,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,6 g Cukor: 15,0 g Feh: 11,8 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7</p>
Ebéd	<p>Fejtettbab-leves Sajtos-tejfölös makaróni Mandarin</p> <p>En: 3406 kJ ( 814 kCal) Zsír: 28,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 30,2 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Daragaluska-leves Tökfőzelék Sertéspörkölt Alma</p> <p>En: 2130 kJ ( 509 kCal) Zsír: 27,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,7 g Só: 1,1 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Paradicsom leves Rostonsült sertésborda Petrezselymes burgonya</p> <p>En: 2536 kJ ( 606 kCal) Zsír: 23,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,8 g Cukor: 8,0 g Feh: 26,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7,9</p>	<p>Kertészleves Gombás csirkeragu Párolt rizs</p> <p>En: 2695 kJ ( 644 kCal) Zsír: 21,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 80,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 30,0 g Só: 1,8 g Allergének:1,9</p>	<p>Karalábéleves Páztortarhonya Csemege uborka</p> <p>En: 3632 kJ ( 867 kCal) Zsír: 45,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 85,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 24,8 g Só: 11,6 g Allergének:1,3,6,7</p>
Uzsonna	<p>Vajkrém Zöldpaprika Vizes zsemle</p> <p>En: 1027 kJ ( 245 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Zalai felvágott Delma multivitamin margarin 40 Paradicsom Burgonyás kenyér</p> <p>En: 1201 kJ ( 287 kCal) Zsír: 15,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Kocka sajt Kígyó uborka Rozsos zsemle</p> <p>En: 836 kJ ( 200 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,6 g Só: 1,3 g Allergének:1,7</p>	<p>Száraz csemege szalámi Margarin Lilahagyma TK zsemle</p> <p>En: 1637 kJ ( 391 kCal) Zsír: 17,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,3 g Só: 1,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Kakakós csiga</p> <p>En: 1136 kJ ( 271 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,6 g Cukor: 16,4 g Feh: 5,0 g Só: 0,4 g Allergének:1</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Tar József.  
Tsz:06 1 3592711

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