

Étlap tervezet

2018 5. hét

2018.01.29.-2018.02.04.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Olasz felvágott Delma margarin TK zsemle En: 1369 kJ (327 kCal) Zsír: 14,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,1 g Cukor: 9,2 g Feh: 9,0 g Só: 1,6 g Allergének:1,6	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 Tojáskrém TK zsemle En: 1125 kJ (269 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,8 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,10	TEJ 1,5 Delma multivitamin margarin 40 Fehér formakenyér En: 1368 kJ (327 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Citromos tea Vaniliás túrókrém TK formakenyér En: 1203 kJ (287 kCal) Zsír: 4,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,8 g Cukor: 15,6 g Feh: 9,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,7
Ébéd	Tárkonyos pulykaraguleves Búrkifli mákos Alma En: 2662 kJ (636 kCal) Zsír: 27,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 70,1 g Cukor: 8,0 g Feh: 22,9 g Só: 1,3 g Allergének:1,3,7,8	Paradicsom leves Panírozott hal-nuggets sütőben Párolt rizs Light-tartármártás En: 4106 kJ (981 kCal) Zsír: 35,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 127,0 g Cukor: 24,3 g Feh: 22,3 g Só: 1,3 g Allergének:1,3,4,7,9,10	Csontleves Csiga tészta Sajttal töltött pulykamell Főtt burgonya1/2 Ananász befőtt En: 2655 kJ (634 kCal) Zsír: 34,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,9 g Cukor: 10,6 g Feh: 21,3 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,7,9	Zöldborsóleves Savanyú vetreze (sertésből) Tésztaköret En: 3260 kJ (779 kCal) Zsír: 30,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,8 g Cukor: 6,0 g Feh: 34,4 g Só: 1,9 g Allergének:1,7,9,10	Karalábéleves Szerpenyős burgonya baromfi vir Csemege uborka Félbarna kenyér En: 3597 kJ (859 kCal) Zsír: 38,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,7 g Cukor: 1,0 g Feh: 26,4 g Só: 3,1 g Allergének:1,6,7
Uzsonna	Vajkrém Kaliforniai paprika Félbarna kenyér En: 1025 kJ (245 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,3 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Zalai felvágott Kígyó uborka Ráma margarin TK zsemle En: 1393 kJ (333 kCal) Zsír: 18,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,4 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7	Ráma margarin Póréhagyma Burgonyás kenyér En: 910 kJ (217 kCal) Zsír: 10,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 25,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 3,6 g Só: 1,4 g Allergének:1	Kocka sajt Jégcsap retek TK kifli sószegevény En: 921 kJ (220 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 0,8 g Feh: 8,0 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Sajtos-rúd En: 638 kJ (152 kCal) Zsír: 9,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 13,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 2,8 g Só: 0,0 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Tar József.

Tsz:06 706279212

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

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, magyorkák 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