

Étlap tervezet

2018. 6. hét

2018.02.05.-2018.02.11.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcsstea Kenőmájas Hagymás kenyér En: 1566 kJ (374 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,0 g Cukor: 15,5 g Feh: 11,7 g Só: 2,1 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Briós 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	Citromos tea Marhapárizsi Ráma margarin TK formakenyér En: 1515 kJ (362 kCal) Zsír: 16,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,3 g Cukor: 9,1 g Feh: 9,9 g Só: 1,7 g Allergének:1,7	Kakaó Vajas kifli En: 1208 kJ (289 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 11,2 g Feh: 11,6 g Só: 0,6 g Allergének:1,7	Citromos tea Krémsajt Paradicsom TK zsemle En: 1337 kJ (319 kCal) Zsír: 11,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 9,0 g Feh: 11,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7
Ébéd	Daragaluska-leves Sárgaborsó főzelék Sertéspörkölt Nápolyi En: 3093 kJ (739 kCal) Zsír: 34,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 81,7 g Cukor: 5,0 g Feh: 24,3 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9	Tojásleves Tavaszi csirkemell Párolt rizs En: 2906 kJ (694 kCal) Zsír: 28,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,3 g Cukor: 3,0 g Feh: 26,9 g Só: 1,1 g Allergének:1,3	Gulyásleves pulykahúsból Sajtos-tejfölös makaróni Alma En: 3255 kJ (777 kCal) Zsír: 30,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 34,3 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7,9	Zöldséges rizsleves Paradicsomos káposzta Csirkemell dinő sütőben En: 2728 kJ (651 kCal) Zsír: 33,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 78,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 14,2 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,6,7,9,10	Karfiolleves Tejszínes kukoricás pulykaragu Főtt burgonya En: 2969 kJ (709 kCal) Zsír: 30,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 75,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 27,3 g Só: 5,3 g Allergének:1,7,9
Uzsonna	Gyümölcsös yoghurt 125g TK kifli sószegegy En: 1161 kJ (277 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 7,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Joghurtos Delma Kaliforniai paprika TK zsemle En: 1037 kJ (248 kCal) Zsír: 0,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Körített túró Lilahagyma Fehér formakenyér En: 947 kJ (226 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,3 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Gépsonka Liga Csökk. zsírtart. margarin Kígyó uborka TK formakenyér En: 1263 kJ (302 kCal) Zsír: 11,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 13,3 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7	Baconos kifli En: 713 kJ (170 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 22,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,1 g Só: 0,4 g Allergének:1,7

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, 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