

Étlap tervezet

2018 39. hét

2018.09.24.-2018.09.30.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Vajkrém TK zsemle</p> <p>En: 1087 kJ (260 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,3 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Csokoládés tej Molnárika</p> <p>En: 1176 kJ (281 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,2 g Cukor: 5,9 g Feh: 10,6 g Só: 0,4 g Allergének:1,5,7</p>	<p>Gyümölcs tea Liga Csökk. zsirtart. margarin Méz Fehér formakenyér</p> <p>En: 1478 kJ (353 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,4 g Cukor: 27,2 g Feh: 4,8 g Só: 1,0 g Allergének:1</p>	<p>TEJ 1,5 Foszlóskalács</p> <p>En: 997 kJ (238 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 2,9 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcs tea Nádudvari snidlinges sajt-kém Fehér formakenyér</p> <p>En: 1169 kJ (279 kCal) Zsír: 4,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,4 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>
Ebéd	<p>Gulyásleves sertéshúsból Káposztás kocka Alma</p> <p>En: 3361 kJ (803 kCal) Zsír: 24,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 112,9 g Cukor: 5,0 g Feh: 29,5 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,9</p>	<p>Gyümölcs leves Tavaszi csirkeragu Párolt rizs</p> <p>En: 3105 kJ (742 kCal) Zsír: 19,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 111,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 26,8 g Só: 1,2 g Allergének:1,7</p>	<p>Daragaluska-leves Zöldbabfőzelék Csibe burger</p> <p>En: 2765 kJ (660 kCal) Zsír: 32,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 62,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 25,6 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Karfiolleves Tonhalas-paradicsomos tészta Körte</p> <p>En: 3211 kJ (767 kCal) Zsír: 30,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,8 g Cukor: 0,5 g Feh: 36,7 g Só: 0,7 g Allergének:1,4,7,9,12</p>	<p>Tejfőlös gombaleves Debreceni sertés tokány Petrezselymes burgonya Csemege uborka</p> <p>En: 3809 kJ (910 kCal) Zsír: 55,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 62,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 31,8 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7</p>
Uzsonna	<p>Gépsonka Ráma margarin Paradicsom Burgonyás kenyér</p> <p>En: 1178 kJ (281 kCal) Zsír: 13,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,9 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Kocka sajt TK zsemle</p> <p>En: 821 kJ (196 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,7</p>	<p>Joghurtos delma Kígyó uborka TK zsemle</p> <p>En: 997 kJ (238 kCal) Zsír: 0,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Delma multivitamin margarin 40 Sertéspárizsi Zöldpaprika TK formakenyér</p> <p>En: 1192 kJ (285 kCal) Zsír: 12,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,0 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Sárgabarack lekvár Delma margarin TK zsemle</p> <p>En: 1107 kJ (264 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,0 g Cukor: 13,6 g Feh: 4,5 g Só: 0,8 g Allergének:1</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

Normál diétás étlap elérhető: mfk.bp13.hu

Tar József úv. Tsz:0613592711.

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