

Étlap tervezet

2017 41. hét

2017.10.09.-2017.10.15.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 2,8 Mézes gabonapehely En: 796 kJ (190 kCal) Zsír: 1,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,1 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,7,8	Tea Margarin Rozsos zsemle En: 1220 kJ (291 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,0 g Cukor: 9,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1	Tejeskávé Kuglóf En: 2312 kJ (552 kCal) Zsír: 17,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,8 g Cukor: 8,6 g Feh: 15,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Trappista sajt Margarin Rozskenyér En: 1598 kJ (382 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 20,0 g Feh: 9,8 g Só: 0,5 g Allergének:7	Karamellás tej Panini En: 1332 kJ (318 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,8 g Cukor: 10,6 g Feh: 12,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7
Ebéd	Lebbencsleves Tökfőzelék Főtt virsli Alma En: 2185 kJ (522 kCal) Zsír: 26,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 16,1 g Só: 1,1 g Allergének:1,3,6,7	Zellerkrém leves Currys csirkemell filé Párolt rizs Szilva En: 2513 kJ (600 kCal) Zsír: 9,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,3 g Só: 3,5 g Allergének:1,7	Csontleves Székelykáposzta Félbarna kenyér Meggyes piskóta En: 2799 kJ (669 kCal) Zsír: 26,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,5 g Cukor: 13,2 g Feh: 31,3 g Só: 2,8 g Allergének:1,7,9	Magyaros gombaleves Vadas marha Spagetti Szőlő En: 4757 kJ (1136 kCal) Zsír: 54,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 127,1 g Cukor: 3,0 g Feh: 33,8 g Só: 8,1 g Allergének:1,3,7,9	Zöldséges rizsleves Sóskamártás Párolt rizs 1/2 Főtt kemény tojás En: 2793 kJ (667 kCal) Zsír: 25,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 80,2 g Cukor: 12,0 g Feh: 13,7 g Só: 0,5 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna	Bécsi felvágott Margarin Zöldpaprika TK barnakenyér sószegegy En: 1016 kJ (243 kCal) Zsír: 17,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 1,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,1 g Só: 0,1 g Allergének:1,6,7	Kenőmájas Jégcsap retek Félbarna kenyér En: 964 kJ (230 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,4 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7	Nádudvari snidlinges sajt-kém Kígyó uborka Kukoricás kenyér En: 890 kJ (213 kCal) Zsír: 4,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Sárgabarack íz Margarin Fehér formakenyér En: 1341 kJ (320 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,1 g Cukor: 13,6 g Feh: 4,7 g Só: 0,9 g Allergének:1	Fahéjas csiga En: 2118 kJ (506 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 8,2 g Só: 0,5 g Allergének:1,7

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