

Étlap tervezet

2017. 42. hét

2017.10.16.-2017.10.22.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcsstea Zalai felvágott Margarin Zöldpaprika TK formakenyér En: 1723 kJ (411 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,1 g Cukor: 15,0 g Feh: 11,1 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Tejeskávé Briós En: 1294 kJ (309 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,0 g Cukor: 14,3 g Feh: 10,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,7	Gyümölcsstea Margarin Olasz felvágott Kígyó uborka TK zsemle En: 1676 kJ (400 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,1 g Cukor: 15,2 g Feh: 9,5 g Só: 1,6 g Allergének:1,6	Gyümölcsös joghurt 125g Vajas kifli En: 1008 kJ (241 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,0 g Cukor: 1,2 g Feh: 6,7 g Só: 0,6 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Körített túró TK formakenyér En: 1120 kJ (268 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,1 g Cukor: 15,0 g Feh: 7,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,7
Ebéd	Hüsgombóclevés sertésből Káposztás kocka Körte En: 3105 kJ (742 kCal) Zsír: 23,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 111,4 g Cukor: 5,0 g Feh: 20,4 g Só: 2,0 g Allergének:1,3	Magyaros burgonyaleves Zöldbabfőzelék Rántott szárnyaspárizsi En: 3011 kJ (719 kCal) Zsír: 37,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 69,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 21,6 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,6,7	Karfiolleves Szerb rizseshús Vitamin saláta En: 3049 kJ (728 kCal) Zsír: 27,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,8 g Cukor: 5,0 g Feh: 28,8 g Só: 1,0 g Allergének:1,9	Tojásleves Finomfőzelék Rostonsült sertésborda En: 2486 kJ (594 kCal) Zsír: 31,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 32,1 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7	Gyümölcsleves Gyros csirke Petrezselymes burgonya En: 2328 kJ (556 kCal) Zsír: 14,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 69,3 g Cukor: 8,2 g Feh: 32,9 g Só: 0,7 g Allergének:1,7,10
Uzsonna	Kocka sajt Korpás zsemle sószegegy En: 887 kJ (212 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,6 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Csirkemell sonka Margarin Paradicsom TK formakenyér En: 1244 kJ (297 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Mogyorókrém Félbarna kenyér En: 1090 kJ (260 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,1 g Cukor: 9,6 g Feh: 5,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8	Csirkejava felvágott Margarin Zöldpaprika TK formakenyér En: 1293 kJ (309 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 13,3 g Só: 0,9 g Allergének:1	Tavaszi felvágott Delma margarin Vizes zsemle En: 1195 kJ (285 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,8 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7

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