

# Étlap tervezet

2019.23. hét

2019.06.03.-2019.06.09.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 Tejszínes krémsajt Teljes kiőrlésű kenyér  En: 1231 kJ ( 294 kCal) Zsír: 10,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,6 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Citromos tea Reszelt sajt Multivitaminos delma Teljes kiőrlésű kenyér  En: 1192 kJ ( 285 kCal) Zsír: 9,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,6 g Cukor: 10,0 g Feh: 9,3 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Tejeskávé Pannini  En: 1304 kJ ( 311 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,6 g Cukor: 11,6 g Feh: 11,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Zöld tea Kenőmájás Paradicsom Teljes kiőrlésű kenyér  En: 1404 kJ ( 335 kCal) Zsír: 11,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 10,9 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Mogyorókrém Teljes kiőrlésű kenyér  En: 1519 kJ ( 363 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 12,1 g Feh: 12,5 g Só: 0,8 g Allergének:1,5,6,7,8
Ébéd	Frankfurti leves Darás metélt baracklevárral Alma Kenyer E  En: 3704 kJ ( 885 kCal) Zsír: 21,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 140,9 g Cukor: 20,9 g Feh: 26,0 g Só: 3,4 g Allergének:1,3,6,7	Erőleves zöldségekkel Zöldbabfőzelék Vagdalt sertés Csokoládé rolád Kenyer E  En: 3511 kJ ( 839 kCal) Zsír: 40,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,3 g Cukor: 22,3 g Feh: 28,3 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,7,9,11	Karfiolleves Serpényös burgonya gazdagon Vitamin saláta  En: 2827 kJ ( 675 kCal) Zsír: 33,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 64,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 20,3 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,6,7	Sárgaborsópüré leves Vadas pulykatokány Főtt tészta /koleszterin ment  En: 3595 kJ ( 859 kCal) Zsír: 17,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 116,3 g Cukor: 1,0 g Feh: 48,6 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7,9,10	Bazsalikomos paradicsomleves Rántott csirkemellfilé Párolt rizs Uborka saláta  En: 3246 kJ ( 775 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 120,1 g Cukor: 14,0 g Feh: 36,0 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,7,9,11
Uzsonna	Paprikás szalámi Ráma margarin Zsemle  En: 1784 kJ ( 426 kCal) Zsír: 27,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,0 g Só: 3,2 g Allergének:1,6,7	Magyaros vajkrém Zöldpaprika Szezámagos zsemle  En: 1116 kJ ( 266 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7,11	Csirkemell sonka Liga Csökk. zsirtart. margarin Kígyó uborka Teljes kiőrlésű zsemle  En: 1095 kJ ( 261 kCal) Zsír: 8,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Baromfipárizsi Delma margarin Zsemle  En: 1199 kJ ( 286 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Sajtós croassant  En: 1458 kJ ( 348 kCal) Zsír: 19,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 2,0 g Feh: 11,0 g Só: 0,5 g Allergének:1,7

Ez az étlap nem biztosítja a Diétás étrendet!! Normál,diétás étlap elérhető::imfk.bp13hu

Az étlap változásért elnézés kérünk!Jó étvágyat kívánunk!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető  
Ájpli János konyhafőnök

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.-szezámag 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