



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2017 42. hét
2017.10.16.-2017.10.22.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea Krémsajt TK zsemle En: 1459 kJ (349 kCal) Zsír: 11,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,9 g Cukor: 15,0 g Feh: 11,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Kakaó Panini En: 1394 kJ (333 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 11,6 g Feh: 12,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Citromos tea Körözött Hagymás kenyér En: 1085 kJ (259 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,0 g Cukor: 9,5 g Feh: 8,3 g Só: 1,6 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Foszlóskalács 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	Vadmalnás tea Sertéspárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle Paradicsom En: 1512 kJ (361 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,1 g Cukor: 15,1 g Feh: 7,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7
Ebéd	Zöldségleves Szárzészta-levesbetét Burgonyafőzelék Sertéspörkölt Alma En: 3168 kJ (757 kCal) Zsír: 29,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 30,9 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,9	Hamis gulyásleves Bolognai makaróni sertésből En: 3482 kJ (832 kCal) Zsír: 31,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 37,8 g Só: 2,0 g Allergének:1,3,7,9	Májgaluskaleves Székelykáposzta TK formakenyér Nápolyi En: 3052 kJ (729 kCal) Zsír: 33,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,5 g Cukor: 5,1 g Feh: 33,5 g Só: 3,3 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9	Karfiol krémleves Leves gyöngy Mexikói szárnyasragu Párolt rizs En: 3313 kJ (791 kCal) Zsír: 26,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 100,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 32,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Alma leves Szezámagos csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Káposzta saláta En: 3341 kJ (798 kCal) Zsír: 29,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,2 g Cukor: 11,0 g Feh: 33,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,7,11
Uzsonna	Delma multivitamin margarin 40 Kígyó uborka Graham kenyér En: 989 kJ (236 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,6 g Só: 0,1 g Allergének:1	Vaj TK formakenyér Zöldpaprika En: 1160 kJ (277 kCal) Zsír: 12,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Zalai felvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin Vizes zsemle Kígyó uborka En: 1395 kJ (333 kCal) Zsír: 15,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,7 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Sárgarépa hasáb TK kifli sószegény En: 974 kJ (233 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 8,0 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Lekváros bukta En: 1074 kJ (257 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 4,2 g Feh: 4,5 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Konyha vezető
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.-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