

Étlap tervezet

2017 43. hét

2017.10.23.-2017.10.29.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Kakaó Kuglóf En: 2421 kJ (578 kCal) Zsír: 18,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 81,9 g Cukor: 11,6 g Feh: 17,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Vaniliás túrókrém Zsemle En: 1339 kJ (320 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 58,4 g Cukor: 26,5 g Feh: 10,1 g Só: 0,8 g Allergének:,7	TEJ 2,8 Csokis gabonagolyó En: 63 kJ (15 kCal) Zsír: 0,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,3 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,6,7,8,11	Citromos tea Főtt kemény tojás 1/2 Margarin Félbarna kenyér En: 1693 kJ (404 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 62,0 g Cukor: 30,0 g Feh: 5,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,3
Ebéd		Húsgaluska leves Gránátos kocka Csemege uborka En: 2772 kJ (662 kCal) Zsír: 21,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 91,4 g Cukor: 1,0 g Feh: 23,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,9	Kertész leves Parajfőzelék Vagdalt pogácsa baromfi húsból Túrórudi En: 2839 kJ (678 kCal) Zsír: 34,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 56,4 g Cukor: 10,1 g Feh: 35,6 g Só: 6,7 g Allergének:1,3,7	Paradicsom leves Vadász tokány Vajas burgonya Alma En: 4211 kJ (1006 kCal) Zsír: 39,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,3 g Cukor: 2,0 g Feh: 32,9 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7,9	Sült csirkecomb Burgonyaleves (tejfölös) Kukoricás rizs Vegyesvágott savanyú En: 3239 kJ (774 kCal) Zsír: 21,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,7 g Cukor: 5,0 g Feh: 34,7 g Só: 2,4 g Allergének:1,7
Uzsonna		Kaliforniai paprika Delma margarin Zsemle En: 902 kJ (215 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,5 g Só: 0,8 g	Kárpát szalámi Margarin Négymagvas kenyér En: 1902 kJ (454 kCal) Zsír: 22,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,0 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7,11	Trappista sajt Margarin TK barnakenyér sószegegy En: 709 kJ (169 kCal) Zsír: 10,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 0,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,6 g Só: 0,5 g Allergének:,7	Csokis croissant En: 1146 kJ (274 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,9 g Cukor: 5,3 g Feh: 4,1 g Só: 0,4 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