



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2017 49. hét
2017.12.04.-2017.12.10.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Delma margarin Trappista sajt TK zsemle En: 1365 kJ (326 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,4 g Cukor: 9,1 g Feh: 10,7 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Tejeskávé Vajas kifli En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcs tea Delma multivitamin margarin 40 Rozsos bagett En: 1292 kJ (309 kCal) Zsír: 9,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,9 g Cukor: 15,8 g Feh: 4,7 g Só: 0,9 g Allergének:1	TEJ 1,5 Panini En: 1120 kJ (267 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,2 g Cukor: 1,6 g Feh: 11,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Trópusi gyümölcs tea Liga Csökk. zsirtart. margarin Száras csemege szalámi TK zsemle En: 1899 kJ (454 kCal) Zsír: 20,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,2 g Cukor: 20,1 g Feh: 11,2 g Só: 2,0 g Allergének:1,7
Ebéd	Fejtettbab- leves füstölt sertés TK piskóta kocka Csoki öntet En: 3354 kJ (801 kCal) Zsír: 24,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 102,1 g Cukor: 34,0 g Feh: 29,5 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7	Zöldségleves Paradicsomos káposzta Köményes sült Csoki Mikulás En: 3104 kJ (741 kCal) Zsír: 32,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,6 g Cukor: 24,7 g Feh: 28,0 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7,8,9	Brokkolikrémléves Leves gyöngy Sajttal töltött pulykamell Zöldséges rizs En: 4286 kJ (1024 kCal) Zsír: 59,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 28,4 g Só: 2,4 g Allergének:1,3,7	Daragaluska-leves Parajfőzelék Főtt kemény tojás Főtt burgonya1/2 Alma En: 2758 kJ (659 kCal) Zsír: 27,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 70,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 18,5 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7,9	Magyaros zöldbableves Tejszínes-gombás csirkemell Tészta körlet(koleszterinmentes) En: 2940 kJ (702 kCal) Zsír: 27,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 38,1 g Só: 1,5 g Allergének:1,7
Uzsonna	Vaj Kaliforniai paprika Félbarna kenyér En: 1163 kJ (278 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Házi magyaros vajkrém Jégcsap retek TK formakenyér En: 911 kJ (218 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,8 g Só: 0,9 g Allergének:1	Liga Csökk. zsirtart. margarin Sertéspárizsi Sárgarépa hasáb TK formakenyér En: 1201 kJ (287 kCal) Zsír: 12,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Tavaszi felvágott Delma margarin TK formakenyér En: 1191 kJ (284 kCal) Zsír: 12,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Cinkli karika En: 922 kJ (220 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 1,6 g Feh: 7,2 g Só: 1,3 g Allergének:1,7

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.-Rákóc 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