

Étlap tervezet

2018 7. hét

2018.02.12.-2018.02.18.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Trópusi gyümölcs tea Sajtos kifli</p> <p>En: 1090 kJ (260 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,9 g Cukor: 20,8 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>TEJ 2,8 Gabona pehely</p> <p>En: 84 kJ (20 kCal) Zsír: 0,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 4,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,3 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,7,8</p>	<p>Tea Főtt kemény tojás 1/2 Margarin Félbarna kenyér</p> <p>En: 1334 kJ (319 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,9 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,3</p>	<p>Karamellás tej Foszlós kalács</p> <p>En: 1592 kJ (380 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,5 g Cukor: 25,0 g Feh: 11,8 g Só: 0,0 g Allergének:7</p>	<p>Tea Margarin Panini</p> <p>En: 1294 kJ (309 kCal) Zsír: 8,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,7 g Cukor: 10,6 g Feh: 4,4 g Só: 0,8 g Allergének:1</p>
Ebéd	<p>Kassai burgonyaleves Diós metélt</p> <p>En: 3550 kJ (848 kCal) Zsír: 35,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,9 g Cukor: 20,0 g Feh: 29,6 g Só: 1,0 g Allergének:1,7,8</p>	<p>Kertész leves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya1/2 Mandarin</p> <p>En: 3982 kJ (951 kCal) Zsír: 46,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 106,3 g Cukor: 26,1 g Feh: 23,7 g Só: 6,1 g Allergének:1,7</p>	<p>Karfiolleves (tejfölös) Bugaci aprópecsenye Párolt rizs Banán</p> <p>En: 3641 kJ (870 kCal) Zsír: 31,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,5 g Só: 1,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Daragaluska leves Lencse főzelék Füstölt,főtt comb-tarja Müzli szelet</p> <p>En: 2830 kJ (676 kCal) Zsír: 25,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,4 g Cukor: 6,0 g Feh: 35,2 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Brokkolikrémleves Leves gyöngy Gyros csirke comb filé Főtt burgonya Zöldfűszeres joghurtos saláta</p> <p>En: 3706 kJ (885 kCal) Zsír: 36,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 42,1 g Só: 5,7 g Allergének:1,7,10</p>
Uzsonna	<p>Tavaszi felvágott Margarin Graham kenyér</p> <p>En: 1376 kJ (329 kCal) Zsír: 11,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,2 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Kocka sajt Zöldpaprika Kukoricás kenyér</p> <p>En: 875 kJ (209 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,8 g Só: 1,4 g Allergének:1,7</p>	<p>Párizsi Margarin Négymagvas kenyér</p> <p>En: 1353 kJ (323 kCal) Zsír: 10,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,8 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7,11</p>	<p>Medvehagymás túrókrém Rozskenyér</p> <p>En: 816 kJ (195 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,4 g Só: 0,5 g Allergének:7</p>	<p>Ízestáska</p> <p>En: 1190 kJ (284 kCal) Zsír: 15,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,4 g Cukor: 4,5 g Feh: 3,0 g Só: 0,8 g Allergének:1</p>

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