



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018.12. hét
2018.03.19.-2018.03.25.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Kenőmájas TK zsemle Kígyó uborka En: 1386 kJ (331 kCal) Zsír: 11,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,0 g Cukor: 9,1 g Feh: 12,0 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7	Karamellás tej Foszlóskalács En: 1209 kJ (289 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 11,8 g Feh: 11,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Gyümölcsös yoghurt 125g TK kifli sószegegy En: 1161 kJ (277 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 7,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcstea Méz Vaj Félbarna kenyér En: 1564 kJ (374 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 59,2 g Cukor: 27,1 g Feh: 4,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 TK kifli sószegegy En: 1087 kJ (260 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7
Ebéd	Alföldi gulyásleves sertésből Tejbedara kakaós barnacukorra Alma En: 3504 kJ (837 kCal) Zsír: 23,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 117,5 g Cukor: 29,7 g Feh: 30,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,3,7	Daragaluska-leves Lencse főzelék Pulykapörkölt Müzliszelet En: 4166 kJ (995 kCal) Zsír: 41,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 100,7 g Cukor: 12,8 g Feh: 45,6 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9,10,11,12	Vegyesgyümölcs-leves Tavaszirizses- sertéshús Káposzta saláta En: 2664 kJ (636 kCal) Zsír: 19,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 85,8 g Cukor: 9,2 g Feh: 27,6 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Zöldborsóleves Frankfurti szárnyasragu Tésztaköret(koleszterinmentes) En: 3685 kJ (880 kCal) Zsír: 42,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 85,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 35,9 g Só: 2,9 g Allergének:1,6,7,9	Zöldségleves Sóskamártás Főtt kemény tojás Félbarna kenyér Főtt burgonya1/2 En: 2951 kJ (705 kCal) Zsír: 21,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,0 g Cukor: 12,0 g Feh: 18,3 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna	Körözött Graham kenyér En: 821 kJ (196 kCal) Zsír: 2,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,9 g Só: 0,6 g Allergének:1,7	Delma multivitamin margarin 40 Kaliforniai paprika TK zsemle En: 1036 kJ (247 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,4 g Só: 0,9 g Allergének:1	Vajkrém Jégcsap retek Félbarna kenyér En: 991 kJ (237 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Zalai felvágott Ráma margarin TK formakenyér Sárgarépa hasáb En: 1504 kJ (359 kCal) Zsír: 18,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7	Sajtos-rúd En: 638 kJ (152 kCal) Zsír: 9,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 13,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 2,8 g Só: 0,0 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.-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