



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018 15. hét
2018.04.09.-2018.04.15.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Vajkrém Zöldpaprika Félbarna kenyér En: 1158 kJ (277 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Kakaó Foszlóskalács En: 1271 kJ (304 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 12,8 g Feh: 12,0 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Gyümölcs tea Méz Ráma margarin Félbarna kenyér En: 1507 kJ (360 kCal) Zsír: 11,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 59,2 g Cukor: 27,1 g Feh: 4,6 g Só: 1,6 g Allergének:1	Citromos tea Marhapárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle En: 1474 kJ (352 kCal) Zsír: 14,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,2 g Cukor: 9,1 g Feh: 9,9 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Liga Csökk. zsirtart. margarin Lapka sajt Graham kenyér En: 1732 kJ (414 kCal) Zsír: 17,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 18,4 g Só: 0,1 g Allergének:1,7
Ebéd	Paradicsom leves Tavaszirizses-szárnyashús Vitamin saláta En: 2639 kJ (630 kCal) Zsír: 20,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,1 g Cukor: 13,0 g Feh: 27,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,7,9	Daragaluska-leves Zöldborsófőzelék Virsli En: 3086 kJ (737 kCal) Zsír: 39,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 62,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 31,1 g Só: 3,2 g Allergének:1,3,6,7,9	Gulyásleves pulykahúsból Tejbedara kakaós barnacukorral Alma En: 3172 kJ (758 kCal) Zsír: 21,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 106,5 g Cukor: 29,7 g Feh: 28,1 g Só: 1,1 g Allergének:1,7,9	Kertészleves csirkemellpaprikás Tésztaköret(koleszterinmentes) En: 3101 kJ (741 kCal) Zsír: 29,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 74,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 40,5 g Só: 1,1 g Allergének:1,7,9	Zöldségleves tarhonyával Paradicsomos káposzta Sertés húsgolyók TK barnakenyér sószegevény En: 3174 kJ (758 kCal) Zsír: 22,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,7 g Cukor: 15,1 g Feh: 24,2 g Só: 3,3 g Allergének:1,3,6,7,9,12
Uzsonna	Kocka sajt TK kifli sószegevény En: 890 kJ (213 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 7,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Gépsonka Delma margarin Kígyó uborka TK formakenyér En: 1140 kJ (272 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 13,3 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7	Gyümölcsös yoghurt 125g TK kifli sószegevény 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	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	Sajtos kifli En: 753 kJ (180 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,8 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 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.-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