

Étlap tervezet

2018 16. hét

2018.04.16.-2018.04.22.

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tízórai	Tej 1/5 % Sajtos buci En: 576 kJ (138 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,4 g Cukor: 1,2 g Feh: 4,0 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Zöld tea Főtt tojás karika Multivitaminos delma Forma fehér kenyér En: 944 kJ (226 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 3,6 g Só: 0,5 g Allergének:1,3	Kakaó Foszlóskalács En: 1207 kJ (288 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,1 g Cukor: 17,8 g Feh: 9,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Citromos tea Kenőmájás Teljes kiörlésű kenyér En: 1164 kJ (278 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,3 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,0 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Tej 1/5 % Szamóca jam Teljes kiörlésű kenyér En: 751 kJ (179 kCal) Zsír: 0,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,4 g Cukor: 10,0 g Feh: 4,1 g Só: 0,8 g Allergének:1	Vadmalná tea Tejszínes krémsajt Jégcsapretek Teljes kiörlésű kenyér En: 1106 kJ (264 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,7 g Cukor: 17,0 g Feh: 4,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	
Ebéd	Tárkonyos pulykaraguleves Gránátos kocka Csemege uborka Kenyer forma En: 4440 kJ (1060 kCal) Zsír: 36,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 137,1 g Cukor: 0,5 g Feh: 40,6 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,7,9	Csontleves finommetélttel Mexikói húsos bab Gyümölcsös müzli szelet Forma fehér kenyér En: 3986 kJ (952 kCal) Zsír: 27,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,1 g Cukor: 10,3 g Feh: 39,1 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,5,6,7,8,11,12	Tavaszi zöldborsóleves Csirkemell Sztroganoff módra Párolt rizs En: 3372 kJ (805 kCal) Zsír: 30,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 96,8 g Cukor: 0,3 g Feh: 34,3 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,7,9	Házias gombóclevés Paradicsomos káposzta Csirkemell dinó figura Alma Kenyer forma En: 3629 kJ (867 kCal) Zsír: 39,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 109,5 g Cukor: 4,0 g Feh: 19,5 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,6,7,9,10	Tejfölös karalábéleves Szezámagos rántott borda Petrezselymes burgonya Sváb saláta En: 3470 kJ (829 kCal) Zsír: 43,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,4 g Cukor: 2,5 g Feh: 31,8 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7,11	Rostos ivólé 2dl/fő Tarhonyahús sertés Csalamádé En: 3521 kJ (841 kCal) Zsír: 27,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 109,6 g Cukor: 22,5 g Feh: 35,3 g Só: 2,1 g Allergének:1,3	
Uzsonna	Paprikás szalámi Ráma margarin Kígyóuborka Teljes kiörlésű zsemle En: 1212 kJ (289 kCal) Zsír: 14,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,4 g Só: 2,0 g Allergének:1,7	Kocka sajt Vajas kifli TK. En: 640 kJ (153 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 19,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,5 g Só: 1,1 g Allergének:7	Libazsír Póréhagyma Teljes kiörlésű kenyér En: 1312 kJ (313 kCal) Zsír: 20,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,3 g Só: 0,8 g Allergének:1	Tejszínes vajkrém Kígyóuborka Magvas zsemle En: 1067 kJ (255 kCal) Zsír: 10,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,7,11	Gépsonka Liga margarin Kaliforniai paprika Zsemle En: 941 kJ (225 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,2 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Pizzás csiga / Pék En: 1097 kJ (262 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,3 g Cukor: 2,7 g Feh: 4,1 g Só: 0,4 g Allergének:1	

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.-szezámag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfűt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek