

Étlap tervezet

2018 16. hét

2018.04.16.-2018.04.22.

Étlap: Kinder

Korcsoport: 7-10 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: 927 kJ (221 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,3 g Cukor: 15,0 g Feh: 3,6 g Só: 0,5 g Allergének:1,3	Kakaó Foszlóskalács En: 3320 kJ (793 kCal) Zsír: 40,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,2 g Cukor: 17,8 g Feh: 39,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Citromos tea Kenőmájás Teljes kiőrlésű 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 kiőrlésű 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 kiőrlésű kenyér En: 1073 kJ (256 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 4,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	
Ebéd	Tárkonyos pulykaraguleves Gránátos kocka Csemege uborka Kenyer forma En: 1533 kJ (366 kCal) Zsír: 15,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,5 g Feh: 20,9 g Só: 2,1 g Allergének:1,7,9	Csontleves finommetélttel Mexikói húsos bab Gyümölcsös müzli szelet Forma fehér kenyér En: 3569 kJ (853 kCal) Zsír: 26,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,4 g Cukor: 9,6 g Feh: 34,6 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,5,6,7,8,11,12	Tavaszi zöldborsóleves Csirkemell Sztroganoff módra Párolt rizs En: 3192 kJ (762 kCal) Zsír: 26,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,7 g Cukor: 0,3 g Feh: 33,7 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,9	Házias gombóclevés Paradicsomos káposzta Csirkemell dinó figura Alma Kenyer forma En: 2890 kJ (690 kCal) Zsír: 25,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 99,4 g Cukor: 3,0 g Feh: 17,9 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,6,7,9,10	Tejfölös karalábéleves Szezámagos rántott borda Petrezselymes burgonya Sváb saláta En: 3040 kJ (726 kCal) Zsír: 32,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,5 g Cukor: 2,5 g Feh: 29,3 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,11	Rostos ivólé 2dl/fő Tarhonyahús sertés Csalamádé En: 2832 kJ (676 kCal) Zsír: 18,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,4 g Cukor: 22,5 g Feh: 30,0 g Só: 1,9 g Allergének:1,3	
Uzsonna	Paprikás szalámi Ráma margarin Kígyóuborka Teljes kiőrlésű zsemle En: 886 kJ (212 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,6 g Só: 1,3 g Allergének:1	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 kiőrlésű 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