



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018 19. hét
2018.05.07.-2018.05.13.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea Vaj Méz Fehér formakenyér En: 1590 kJ (380 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,4 g Cukor: 27,1 g Feh: 4,9 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	TEJ 1,5 Panini En: 1120 kJ (267 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,2 g Cukor: 1,6 g Feh: 11,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Citromos tea Krémsajt TK zsemle En: 1356 kJ (324 kCal) Zsír: 11,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,7 g Cukor: 9,1 g Feh: 11,7 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	Zöldséges rizsleves Pusztai pörkölt sertésből Vitamin saláta En: 2674 kJ (639 kCal) Zsír: 24,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,3 g Cukor: 5,0 g Feh: 27,0 g Só: 1,0 g Allergének:1,9	Májgaluskaleves Parajfőzelék Főtt kemény tojás Főtt burgonya1/2 En: 2225 kJ (531 kCal) Zsír: 20,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 21,0 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7,9	Vegyesgyümölcs-leves Tavaszi csirkemell Párolt rizs En: 2807 kJ (670 kCal) Zsír: 19,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,1 g Cukor: 8,2 g Feh: 25,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Paradicsom leves Fokhagymás sertésborda Petrezselymes burgonya Káposzta saláta En: 2507 kJ (599 kCal) Zsír: 23,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 26,0 g Só: 0,3 g Allergének:1,7,9	Zöldborsóleves Lecsős sertésvirsli Tarhonya Alma En: 4162 kJ (994 kCal) Zsír: 52,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 28,9 g Só: 3,7 g Allergének:1,3,6,7,9
Uzsonna	Marhapárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle Zöldpaprika En: 1358 kJ (324 kCal) Zsír: 14,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,3 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Delma multivitamin margarin 40 TK zsemle Paradicsom En: 1017 kJ (243 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,4 g Só: 0,9 g Allergének:1	Joghurtos Delma TK zsemle Sárgarépa hasáb En: 1121 kJ (268 kCal) Zsír: 0,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Csirkemell sonka Ráma margarin Graham kenyér Kígyó uborka En: 1229 kJ (294 kCal) Zsír: 11,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7	Bécsi fánk En: 1118 kJ (267 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 6,7 g Feh: 5,0 g Só: 0,0 g Allergének:1,3,7

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál ,diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
Konyha vezető

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