

Étlap tervezet

2018 19. hét

2018.05.07.-2018.05.13.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Gyümölcsstea Delma margarin Méz Fehér formakenyér</p> <p>En: 1355 kJ (324 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,3 g Cukor: 27,1 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>Kakaó Foszlóskalács</p> <p>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</p>	<p>TEJ 1,5 Panini</p> <p>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</p>	<p>Citromos tea Krémsajt TK zsemle</p> <p>En: 1291 kJ (308 kCal) Zsír: 11,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,6 g Cukor: 9,0 g Feh: 11,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Tejeskávé TK kifli sószegény</p> <p>En: 1252 kJ (299 kCal) Zsír: 5,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,8 g Cukor: 7,8 g Feh: 11,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>
Ebéd	<p>Zöldséges rizsleves Pusztai pörkölt sertésből Céklasaláta</p> <p>En: 2751 kJ (657 kCal) Zsír: 23,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 75,8 g Cukor: 8,0 g Feh: 27,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,9</p>	<p>Májgaluskaleves Finomfőzelék Főtt kemény tojás TK linzerkarika</p> <p>En: 2975 kJ (711 kCal) Zsír: 30,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 75,7 g Cukor: 10,0 g Feh: 22,9 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Gyümölcs leves Tavaszi csirkeragu Párolt rizs</p> <p>En: 3105 kJ (742 kCal) Zsír: 19,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 111,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 26,8 g Só: 1,2 g Allergének:1,7</p>	<p>Paradicsom leves Fokhagymás sertésborda Petrezselymes burgonya Alma</p> <p>En: 2653 kJ (634 kCal) Zsír: 24,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,2 g Cukor: 8,0 g Feh: 25,9 g Só: 0,3 g Allergének:1,7,9</p>	<p>Zöldborsóleves Lecsós sertésvirslis Tarhonya</p> <p>En: 3944 kJ (942 kCal) Zsír: 51,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 28,3 g Só: 3,7 g Allergének:1,3,6,7,9</p>
Uzsonna	<p>Marhapárizsi Liga Csökk. zsírtart. margarin Zöldpaprika TK zsemle</p> <p>En: 1293 kJ (309 kCal) Zsír: 14,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,8 g Só: 1,0 g Allergének:1,7</p>	<p>Delma multivitamin margarin 40 Paradicsom TK zsemle</p> <p>En: 952 kJ (227 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,9 g Só: 0,8 g Allergének:1</p>	<p>Joghurtos Delma Lilahagyma TK formakenyér</p> <p>En: 1108 kJ (265 kCal) Zsír: 0,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Csirkemell sonka Ráma margarin Kígyó uborka Graham kenyér</p> <p>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</p>	<p>Lekváros bukta</p> <p>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</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

Tar József.
Tsz:06 13592711
Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet.

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.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek