

# Étlap tervezet

2018.24. hét

2018.06.11.-2018.06.17.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Körözött Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1088 kJ ( 260 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Mogyorókrém Tej 1/5 % Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1113 kJ ( 266 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,0 g Cukor: 12,1 g Feh: 5,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,5,6,7,8</p>	<p>Kakaó Foszlóskalács</p> <p>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</p>	<p>Zöld tea Baromfi párizsi Ráma margarin Paradicsom Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1323 kJ ( 316 kCal) Zsír: 11,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,8 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Tej 1/5 % Sajtos kifli</p> <p>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</p>
Ebéd	<p>Bakonyi betyárleves Tejbenrizs kakaósöréssal Alma Kenyer forma</p> <p>En: 3954 kJ ( 944 kCal) Zsír: 27,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 135,9 g Cukor: 20,0 g Feh: 33,7 g Só: 2,4 g Allergének:1,3,6,7,9</p>	<p>Reszelttészta leves Paradicsomos káposzta Vagdalt sertés Choco piskota Kenyer forma</p> <p>En: 4226 kJ ( 1009 kCal) Zsír: 45,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 119,4 g Cukor: 16,6 g Feh: 29,4 g Só: 3,1 g Allergének:1,3,7,8,9</p>	<p>Gombaleves Kacsamájás aprópecsenye Főtt burgonya Vitamin saláta</p> <p>En: 2810 kJ ( 671 kCal) Zsír: 26,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,6 g Cukor: 2,5 g Feh: 33,8 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Tejfölös karalábéleves Gyros csirkemell Amerikai káposzta saláta 1/2 Párolt rizs 1/2</p> <p>En: 4290 kJ ( 1025 kCal) Zsír: 64,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 74,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 32,4 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Rostos ivólé 2dl/fő Vasi sertésborda Vajas burgonya Kovászos uborka</p> <p>En: 3015 kJ ( 720 kCal) Zsír: 22,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,3 g Cukor: 20,0 g Feh: 26,1 g Só: 3,7 g Allergének:1,7</p>
Uzsonna	<p>Paprikás szalámi Ráma margarin Kígyóuborka Zsemle</p> <p>En: 1204 kJ ( 288 kCal) Zsír: 14,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,2 g Só: 2,0 g Allergének:1,7</p>	<p>Lapka sajt Multivitaminos delma Zöldpaprika Zsemle</p> <p>En: 1079 kJ ( 258 kCal) Zsír: 10,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,0 g Só: 0,8 g Allergének:1</p>	<p>Téli szalámi Liga margarin Kígyóuborka Rozsos zsemle</p> <p>En: 1109 kJ ( 265 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,1 g Só: 1,5 g Allergének:1,7</p>	<p>Kocka sajt Vajas kifli TK. Narancs</p> <p>En: 881 kJ ( 210 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,4 g Só: 1,1 g Allergének:1,7</p>	<p>Túrós batyu</p> <p>En: 989 kJ ( 236 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,8 g Cukor: 8,4 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7</p>

Ez az étlap nem biztosítja a Diétás étrendet!! Normál,diétás étlap elérhető::imfk.bp13hu

Az étlap változásért elnézést kérünk!! Jó étvágyat kívánunk!!!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető  
Ájpli János konyhafőnök

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 tejttermékek, 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