

Étlap tervezet

2018.24. hét

2018.06.11.-2018.06.17.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea Zöldpaprika Margarin Zsemle En: 1211 kJ (289 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,4 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,8 g Só: 0,8 g	Kakaó Kuglóf En: 2421 kJ (578 kCal) Zsír: 18,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 81,9 g Cukor: 11,6 g Feh: 17,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Tea Sajtosbuci En: 731 kJ (175 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,5 g Cukor: 10,2 g Feh: 4,1 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	TEJ 2,8 Csokis gabonagolyó En: 63 kJ (15 kCal) Zsír: 0,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,3 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,6,7,8,11	Zöld tea Kenőmájás Retek TK zsemle En: 1247 kJ (298 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,5 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7
Ebéd	Gulyás leves Sajtos spagetti En: 4419 kJ (1055 kCal) Zsír: 49,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 37,0 g Só: 17,3 g Allergének:1,3,7,9	Magyaros gombaleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya1/2 Ízes rolád En: 3580 kJ (855 kCal) Zsír: 41,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,0 g Cukor: 25,0 g Feh: 25,1 g Só: 1,5 g Allergének:1,7,9	Gyümölcs leves Rántott sertésborda Kukoricás rizs Kovászos uborka En: 3978 kJ (950 kCal) Zsír: 19,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 154,2 g Cukor: 20,0 g Feh: 34,8 g Só: 4,5 g Allergének:1,3,7	Daragaluska leves Budapest pulykaragu Petrezselymes burgonya Banán En: 3064 kJ (732 kCal) Zsír: 25,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 34,9 g Só: 4,4 g Allergének:1,3,9	Kertész leves Milánói makaróni Reszelt sajt Cseresznye En: 3580 kJ (855 kCal) Zsír: 37,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 90,8 g Cukor: 1,1 g Feh: 37,0 g Só: 6,5 g Allergének:1,3,7
Uzsonna	Gépsonka Margarin Rozskenyér En: 1210 kJ (289 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,1 g Só: 0,4 g Allergének:1,6,7	Magyaros vajkrém Kígyó uborka TK formakenyér En: 1043 kJ (249 kCal) Zsír: 9,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,9 g Só: 0,9 g Allergének:1	Sárgabarack íz Delma margarin Burgonyás kenyér En: 998 kJ (238 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,0 g Cukor: 13,6 g Feh: 3,5 g Só: 0,7 g Allergének:1	Főtt kemény tojás 1/2 Margarin Paradicsom Négymagvas kenyér En: 1350 kJ (323 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,3,7,11	Ízestáska En: 1190 kJ (284 kCal) Zsír: 15,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,4 g Cukor: 4,5 g Feh: 3,0 g Só: 0,8 g Allergének:1

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

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