



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018 47. hét
2018.11.19.-2018.11.25.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém TK zsemle En: 1004 kJ (240 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,8 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Tejeskávé Panini En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcs tea Ráma harmónia TK zsemle En: 1692 kJ (404 kCal) Zsír: 20,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 5,1 g Só: 0,9 g Allergének:1	TEJ 1,5 TK kifli sószegegy En: 1189 kJ (284 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 12,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Citromos tea Tepertő krém TK formakenyér Zöldpaprika En: 1531 kJ (366 kCal) Zsír: 17,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,6 g Cukor: 9,1 g Feh: 8,1 g Só: 0,9 g Allergének:1
Ebéd	Szárnyas raguleves Tejbedara kakaós barnacukorra Szezonális gyümölcs En: 2747 kJ (656 kCal) Zsír: 19,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,7 g Cukor: 29,7 g Feh: 28,0 g Só: 0,6 g Allergének:1,7,9	Májgaluskaleves Burgonyafőzelék Sertés húsgolyók TK formakenyér En: 3160 kJ (755 kCal) Zsír: 24,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 28,2 g Só: 3,6 g Allergének:1,3,6,7,9,12	Mézes szilvaleves Tavaszi csirkemell-ragu Bulgur En: 3074 kJ (734 kCal) Zsír: 21,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,2 g Cukor: 12,5 g Feh: 31,0 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Zöldborsóleves Grillfűszeres sertésborda Petrezselymes burgonya Káposzta saláta En: 2613 kJ (624 kCal) Zsír: 24,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,4 g Cukor: 1,0 g Feh: 29,9 g Só: 1,2 g Allergének:1,7,9,10	Tojásleves Temesvári sertés ragu Tészta köret(koleszterinmentes) En: 3004 kJ (717 kCal) Zsír: 32,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 28,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7
Uzsonna	Gépsonka Ráma margarin Kaliforniai paprika Vizes zsemle En: 1362 kJ (325 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,1 g Só: 2,1 g Allergének:1,6,7	Kacsa zsír Fehér formakenyér Lilahagyma En: 1502 kJ (359 kCal) Zsír: 20,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,3 g Só: 0,9 g Allergének:1	Marhapárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin Félbarna kenyér Kígyó uborka En: 1306 kJ (312 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,6 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Csirkemell sonka Ráma margarin Vizes zsemle En: 1202 kJ (287 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,3 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Túrós batyu 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

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