

# Étlap tervezet

2018 49. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2018.12.03.-2018.12.09.

Étlap: Kinder

2001 Hartyán konyha

Korcsoport: 7-10 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 Kakaós kalács  En: 1001 kJ ( 239 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,2 g Cukor: 2,9 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Citromos tea Csirkemell sonka Multivitaminos delma Forma fehér kenyér  En: 819 kJ ( 196 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,7 g Cukor: 10,0 g Feh: 7,2 g Só: 0,5 g Allergének:1,6,7	Tejeskávé Briós  En: 1161 kJ ( 277 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,7 g Cukor: 20,1 g Feh: 10,6 g Só: 0,0 g Allergének:,7	Tej 1/5 % Mogyorókrém Forma fehér kenyér  En: 1327 kJ ( 317 kCal) Zsír: 11,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,7 g Cukor: 12,0 g Feh: 10,9 g Só: 0,5 g Allergének:1,5,6,7,8	Citromos tea Kenőmájás Paradicsom Teljes kiörlésű kenyér  En: 1098 kJ ( 262 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,1 g Cukor: 10,0 g Feh: 8,2 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7
Ébéd	Legényfogóleves Mákos metélt Alma Kenyer E  En: 3781 kJ ( 903 kCal) Zsír: 27,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 121,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 36,6 g Só: 1,5 g Allergének:1,5,7,8,10,11	Csurgatott tojásleves Szárzabb főzelék Főtt-füstölt comb Csokoládé rolád Kenyer forma  En: 4345 kJ ( 1038 kCal) Zsír: 45,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 120,9 g Cukor: 21,3 g Feh: 37,6 g Só: 3,1 g Allergének:1,3,7	BrokkolikréMLEVES levesgyöngy Csirkemell Sztroganoff módra Párolt rizs  En: 3204 kJ ( 765 kCal) Zsír: 34,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,1 g Cukor: 1,3 g Feh: 32,8 g Só: 2,5 g Allergének:1,7	Reszelttészta leves Paradicsomos burgonya Csemege sertésborda Mikulás nápolyi Kenyer forma  En: 2433 kJ ( 581 kCal) Zsír: 22,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 85,7 g Cukor: 3,0 g Feh: 26,1 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,7,9	Tavaszi zöldborsóleves Grillfűszeres csirkemellfilé Kukoricás rizs Csemege uborka  En: 2643 kJ ( 631 kCal) Zsír: 21,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,2 g Cukor: 0,5 g Feh: 32,8 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,9
Uzsonna	Csabai kolbász Liga margarin Kígyó uborka TK zsemle  En: 1106 kJ ( 264 kCal) Zsír: 9,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,4 g Só: 0,9 g Allergének:1	Tejszínes krémsajt Kaliforniai paprika Rozsos zsemle  En: 901 kJ ( 215 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,1 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Diákcsemege Waja margarin Zöldpaprika Teljes kiörlésű zsemle  En: 992 kJ ( 237 kCal) Zsír: 9,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,7 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Vajas kifli TK. Mandarin  En: 793 kJ ( 189 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,8 g Só: 1,0 g Allergének:,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

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 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