

# Étlap tervezet

2019 1. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2018.12.31.-2019.01.06.

Étlap: Kinder I

2002 Karikás konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai			Tea Margarin TK zsemle  En: 1230 kJ ( 294 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,1 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,0 g Só: 0,9 g Allergének:1	Kakaó Foszlós kalács  En: 1398 kJ ( 334 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,2 g Cukor: 10,0 g Feh: 14,0 g Só: 0,0 g Allergének:7	Gyümölcsstea Baromfipárizsi Margarin TK kifli sószegegy  En: 1833 kJ ( 438 kCal) Zsír: 15,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,6 g Cukor: 20,8 g Feh: 8,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7
Ebéd			Húsgaluskaleves Túrós csusza Narancs  En: 3635 kJ ( 868 kCal) Zsír: 34,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,7 g Cukor: 20,0 g Feh: 28,8 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,9	Magyaros zöldbableves Tökfőzelék Sertéspörkölt  En: 2502 kJ ( 598 kCal) Zsír: 38,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 20,3 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Zellerkrém leves Leves gyöngy Gombás csirkeragu Tésztaköret  En: 2145 kJ ( 512 kCal) Zsír: 16,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 30,8 g Só: 1,0 g Allergének:1
Uzsonna			Méz Margarin Rozskenyér  En: 1152 kJ ( 275 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,0 g Cukor: 12,1 g Feh: 4,1 g Só: 0,0 g	Gépsonka Delma margarin Póréhagyma TK barnakenyér sószegegy  En: 577 kJ ( 138 kCal) Zsír: 8,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,4 g Só: 0,4 g Allergének:1,6,7	Körözött Kaliforniai paprika Rozsdás marha  En: 2653 kJ ( 634 kCal) Zsír: 35,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,3 g Cukor: 8,2 g Feh: 42,5 g Só: 0,3 g Allergének:1,7

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet! Normál, diétás étlap elérhető: [imfk.bp13.hu](http://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