



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap
2020.28. hét
2020.07.06.-2020.07.12.

Étlap: D+M
Korcsoport: 4-6 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ízóriai	TEJ 1,5 (7) Vajas kifli (1,7) En: 1120 kJ (267 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,2 g Cukor: 1,6 g Feh: 11,1 g Só: 0,8 g	Gyümölcsstea Vaj (7) Fehér formakenyér (1) Zöldpaprika En: 1044 kJ (249 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,6 g Cukor: 9,0 g Feh: 4,4 g Só: 0,8 g	Kakaó (7) Foszlóskalács (1) En: 1230 kJ (294 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 12,8 g Feh: 11,3 g Só: 0,3 g	TEJ 1,5 (7) Mogyorókrém (1,5,6,7,8) Fehér formakenyér (1) En: 1298 kJ (310 kCal) Zsír: 8,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,6 g Cukor: 7,2 g Feh: 11,6 g Só: 0,8 g	Citromos tea Olasz felvágott (6) Flóra margarin Vizes zsemle (1) Paradicsom En: 1301 kJ (311 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,3 g Cukor: 7,1 g Feh: 7,7 g Só: 1,4 g
Íréd	Sertéshúsgaluska-leves (1,3,9,11) Tejbedara kakaós barnacukorral (1,7) Szezonális gyümölcs En: 2387 kJ (570 kCal) Zsír: 13,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,2 g Cukor: 24,7 g Feh: 15,6 g Só: 0,2 g	Tojásleves (1,3,9) Zöldbabfőzelék (1,7) Baromfi virsli /feltét/ (1,6,7) En: 1618 kJ (386 kCal) Zsír: 25,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 22,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 15,0 g Só: 0,9 g	BrokkolikréMLEVES (1,7,9) Leves gyöngy (1) Panírozott hal-rúd sütőben (1,3,4,7) Light-tartármártás (3,7,10) Párolt rizs (1) Szezonális gyümölcs En: 4000 kJ (955 kCal) Zsír: 31,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 125,9 g Cukor: 13,4 g Feh: 21,4 g Só: 1,0 g	Zöldségleves tarhonyával (1,3,9) Paradicsomos káposzta (1,9) Köményes sült (1) En: 2000 kJ (478 kCal) Zsír: 18,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 57,8 g Cukor: 10,0 g Feh: 20,3 g Só: 1,3 g	Zöldbableves (1,3,7,9) Csirkemellpörkölt Bulgur (1) Káposzta saláta En: 2581 kJ (617 kCal) Zsír: 21,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,1 g Cukor: 7,7 g Feh: 30,6 g Só: 0,9 g
Ízsonna	Gépsonka (1,6,7) Ráma margarin Félbarna kenyér (1) Zöldpaprika En: 850 kJ (203 kCal) Zsír: 8,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 22,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,8 g Só: 1,3 g	Száraz csemege szalámi (1,7) Flóra margarin TK zsemle (1) En: 1376 kJ (329 kCal) Zsír: 13,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,0 g Só: 1,8 g	Körözött (7) TK formakenyér (1) Lilahagyma En: 443 kJ (106 kCal) Zsír: 1,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 19,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 3,9 g Só: 0,7 g	TK zsemle (1) Házi húspástétom (10) Sárgarépa hasáb En: 1045 kJ (250 kCal) Zsír: 4,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,8 g Só: 1,5 g	Sajtos pogácsa (1,7) En: 826 kJ (197 kCal) Zsír: 5,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 26,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 5,0 g Só: 1,3 g

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
Konyha vezető. Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

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.-Csillagfűrt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek