

Étlap

2020 43. hét

2020.10.19.-2020.10.25.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej 1/5 % (7) Magyaros vajkrém (7) Jégcsapretek Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 1369 kJ (327 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,7 g Só: 0,8 g	Karamellás tej (7) Foszlós kalács (1) En: 1174 kJ (280 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,6 g Cukor: 11,1 g Feh: 10,6 g Só: 0,3 g	TEJ 1,5 (7) Baconos kifli (1,7) En: 1221 kJ (292 kCal) Zsír: 9,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 14,6 g Só: 0,4 g	Tea/Tej 1,5% (7) Kenőmájás (1,6,7) Zöldpaprika Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 1195 kJ (285 kCal) Zsír: 9,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,7 g Cukor: 2,0 g Feh: 12,3 g Só: 1,4 g	
Ebéd	Tárkonyos sertésraguleves (7,9) Sajtós spagetti (1,3,7) Kenyér E (1) En: 3235 kJ (773 kCal) Zsír: 30,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 78,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 42,5 g Só: 2,5 g	Csontleves finommetélttel (1,3,9) Zöldborsófőzelék (1,7) Virsli (1,6,7) Gyümölcs Kenyér E (1) En: 2915 kJ (696 kCal) Zsír: 23,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,5 g Cukor: 1,6 g Feh: 33,5 g Só: 2,6 g	Hagymakrémleves zsemlekockával (1,7) Tonhalrudak rántva (1,3,4,7) Jázmin rizs Tartármártás (3,7,10) En: 4149 kJ (991 kCal) Zsír: 40,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 121,0 g Cukor: 1,0 g Feh: 26,1 g Só: 1,4 g	Gombaleves (1,3,7) Gyros fűszeres csirkemell csík Hagymás tört burgonya Vitamin saláta En: 2825 kJ (675 kCal) Zsír: 26,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 58,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 40,5 g Só: 2,4 g	
Uzsonna	Kárpáti szalámi (1,6,7) Vénusz margarin Zsemle (1) En: 1029 kJ (246 kCal) Zsír: 10,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,1 g Só: 0,8 g	Gyümölcsös ivóyoghurt (7) Vajas kifli (1,7) En: 1194 kJ (285 kCal) Zsír: 3,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,2 g Cukor: 1,6 g Feh: 7,8 g Só: 0,8 g	Libazsír Lilahagyma Gyümölcs Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 1393 kJ (333 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,0 g Só: 0,8 g	Túrós batyu 1db/fő (1,7) 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	

Ez az étlap nem biztosítja a Diétás étrendet!! Normál,diétás étlap elérhető::imfk.bp13hu

Az étlap változás miatt elnézést kérünk. Jó étvágyat kívánunk!!!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető

Ájpli János konyhafőnök

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc és abból készült termékek, 3.-Tőjás és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szojabab 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