

Étlap

2020 51. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vízafogó konyha

2020. 12. 14.-2020. 12. 20.

Étlap: Sertés mentes ovis

Korcsoport: 4-6 éves

Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Tízórai	TEJ 1,5 (7) Sajtos kifli sószegeány (1,7)	Vegyes gyümölcs tea Szárnyas húskrém Jégcsap rettek TK zsemle (1)	Kakaó (7) Foszlóskalács (1)	Narancs-gránátalma tea Mogyorókrém (1,5,6,7,8) Fehér formakenyér (1)	Friss citromos tea Vaj (7) Áfonya lekvár Fehér formakenyér (1)				
	En: 1159 kJ (277 Kcal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,5 g Cukor: 0,8 g Feh: 12,4 g Só: 0,0 g	En: 1419 kJ (339 Kcal) Zsír: 10,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,1 g Cukor: 4,1 g Feh: 20,2 g Só: 1,4 g	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	En: 961 kJ (230 Kcal) Zsír: 5,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,1 g Cukor: 11,2 g Feh: 4,8 g Só: 0,8 g	En: 1132 kJ (270 Kcal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,5 g Cukor: 13,6 g Feh: 3,9 g Só: 0,8 g				
Ebéd	Rostos gyümölcslé Sárgaborsó főzelék (1) Pulykacomb sült Szezonális gyümölcs	Hamis gulyásleves (1,9) Spagetti carbonara (1,3,6,7)	Májgaluska leves (1,9) Tökfőzelék (1,7) Pulykapörkölt Szezonális gyümölcs	Vöröshagyma krémleves (1,7,9) Leves gyöngy (1) Henteslokány pulykahusból (1,6,7) Zöldséges kuskusz (1,9)	Paradisom leves (1,9) Panírozott hal-rúd sütőben (1,3,4,7) Kukoricás rizs (1,9)				
	En: 2506 kJ (599 Kcal) Zsír: 14,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 46,3 g Só: 2,7 g	En: 2427 kJ (580 Kcal) Zsír: 19,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 69,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 24,2 g Só: 0,9 g	En: 2121 kJ (507 Kcal) Zsír: 24,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,8 g Cukor: 0,8 g Feh: 24,2 g Só: 10,2 g	En: 3247 kJ (776 Kcal) Zsír: 39,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 74,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 25,0 g Só: 1,7 g	En: 2294 kJ (548 Kcal) Zsír: 11,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 91,7 g Cukor: 4,0 g Feh: 17,4 g Só: 0,7 g				
Uzsonna	Csikemell sonka (1,6,7) Flóra margarin Kígyó uborka TK formakenyér (1)	Körözött (7) Hagymás kenyér (1)	Borjú májas (1,6,7) Kígyó uborka TK barnakenyér sószegeány (1)	Baromfipárizsi (1,6,7) Flóra margarin Sárgarépa hasáb TK zsemle (1)	Kifli sószegeány (1) Kocka sajt (7)				
	En: 721 kJ (172 Kcal) Zsír: 4,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 18,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,2 g Só: 0,5 g	En: 814 kJ (194 Kcal) Zsír: 3,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,3 g Cukor: 0,4 g Feh: 9,1 g Só: 1,1 g	En: 829 kJ (198 Kcal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,1 g Só: 1,1 g	En: 1199 kJ (286 Kcal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,3 g Só: 1,0 g	En: 707 kJ (169 Kcal) Zsír: 5,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,0 g Cukor: 0,6 g Feh: 6,1 g Só: 1,1 g				

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
Tar József, k. vez. Tsz:06706279212.

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Halak és az abból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szójaabab és abból készült termékek, 7.-Tej- és tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és az abból 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.-Puhatestűk és abból készült termékek

PC-Food for Windows

2020. 12. 11. 11:28:53