

Étlap

2021 6. hét

2021.02.08.-2021.02.14.

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) Csokis gabonagolyó (1,5,6,7,8,11) En: 469 kJ (112 kCal) Zsír: 3,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 13,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,1 g Só: 0,0 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	Citromos tea Kenőmájas (1,6,7) Kápia paprika Teljes kiörlésű kenyér (1) En: 1105 kJ (264 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,4 g Cukor: 10,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,4 g	Kakaó (7) Sajtos buci (1,7) En: 1216 kJ (290 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 11,2 g Feh: 11,7 g Só: 0,5 g	Tea/Tej 1,5% (7) Zöldfűszeres sajtkrém (7) Kígyóborka Forma fehér kenyér (1) En: 1137 kJ (272 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,5 g Cukor: 2,0 g Feh: 7,9 g Só: 0,6 g
Ebéd	Tarhonyaleves (1,3) Mexikói húsos bab (1,6) Narancs Teljes kiörlésű kenyér Ebéd (1) En: 4089 kJ (977 kCal) Zsír: 24,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 122,2 g Cukor: 3,5 g Feh: 42,0 g Só: 2,6 g	Csontleves csigatésztával (1,3,9) Bakonyi csirkemell (1,7) Jázmin rizs En: 3568 kJ (852 kCal) Zsír: 36,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,3 g Só: 2,4 g	Tavaszi zöldborsóleves (1,3,9) Fokhagymás pulykacsikok sajtmá (1,7) Bulgur (1) En: 4105 kJ (981 kCal) Zsír: 42,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,1 g Cukor: 2,8 g Feh: 47,8 g Só: 2,8 g	Rostos ivólé 2 dl Bácskai rizseshús /sertés/ (1) Csemege uborka Gyümölcs En: 3183 kJ (760 kCal) Zsír: 18,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 119,4 g Cukor: 26,5 g Feh: 25,3 g Só: 1,6 g	Palócleves /sert./ (1,3,7) Bécsi fánk 2db/fő (1,3,7) Teljes kiörlésű kenyér Ebéd (1) En: 3990 kJ (953 kCal) Zsír: 36,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 116,4 g Cukor: 13,3 g Feh: 32,5 g Só: 1,1 g
Uzsonna	Csemege téliszalámi (1,7) Liga margarin Magvas zsemle (1,11) En: 1238 kJ (296 kCal) Zsír: 13,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,1 g Só: 1,6 g	Csirkemell sonka (1,6,7) Ráma harmonia Kígyóborka Teljes kiörlésű zsemle (1) En: 873 kJ (208 kCal) Zsír: 4,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,5 g Só: 0,9 g	Lapka sajt Multivitaminos delma Zsemle (1) En: 1062 kJ (254 kCal) Zsír: 10,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,8 g Só: 0,8 g	Zalai felvágott (1,6,7) Waja margarin Rozsos zsemle (1) En: 980 kJ (234 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,3 g Só: 1,3 g	Kefir (7) Vajas kifli TK. En: 766 kJ (183 kCal) Zsír: 5,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 25,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,0 g Só: 0,5 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.-Rákók és abból készült termékek, 3.-Tőjás 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