KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap

2021 19. hét
2021.05.10.-2021.05.16.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 (7) Csokis gabonagolyó (1,5,6,7,8,11) En: 570 kJ (136 kCal) Zsír: 3,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 16,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,8 g Só: 0,0 g	Narancs-gránátalma tea Delma multivitamin margarin 40 Lenmagos TK zsemle (1) Jégcsap retek En: 1157 kJ (276 kCal) Zsír: 9,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,0 g Cukor: 5,2 g Feh: 6,2 g Só: 0,9 g	Kakaó (7) Foszlóskalács (1,7) En: 1271 kJ (304 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 12,8 g Feh: 12,0 g Só: 0,3 g	Friss citromos tea Vaj (7) Méz Fehér formakenyér (1) En: 1398 kJ (334 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,2 g Cukor: 16,1 g Feh: 4,7 g Só: 0,9 g	Tejeskávé (7) Vajas kifli (1,7) En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g
Ebéd	Csirkeraguleves Sajtos-tejfölös tészta (1,3,7) Szezonális gyümölcs En: 2402 kJ (574 kCal) Zsír: 18,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 74,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 19,7 g Só: 1,3 g	Csontleves (1,9) Száraztészta-levesbetét (1,3) Zöldbabfőzelék (1,7) Vagdaltpogácsa sertéshúsból (1,3,11) Nápolyi (1,3,5,6,7,8) En: 3020 kJ (721 kCal) Zsír: 33,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,0 g Cukor: 5,0 g Feh: 31,8 g Só: 2,0 g	Fokhagymakrémleves (1,9) Leves gyöngy (1) Tavaszirizses-szárnyashús En: 2842 kJ (679 kCal) Zsír: 31,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 70,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 26,7 g Só: 1,0 g	Vegyesgyümölcs-leves (1,7) Rozmaringos sertésborda (1,9) Petrezselymes burgonya En: 2353 kJ (562 kCal) Zsír: 18,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,7 g Cukor: 8,2 g Feh: 24,9 g Só: 0,8 g	Hamis gulyásleves (1,9) Tökfőzelék (1,7) Rántott szárnyaspárizsi sütőbe (1,3,6,7,11) En: 2992 kJ (715 kCal) Zsír: 37,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 19,0 g Só: 1,2 g
Uzsonna	Kapuvári sonka (1,7) Flóra margarin (7) TK zsemle (1) Kígyó uborka En: 1261 kJ (301 kCal) Zsír: 7,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,7 g Só: 1,0 g	Tejszínes sajtkrém (7) Fehér formakenyér (1) En: 994 kJ (238 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,5 g Só: 1,3 g	Paprikás sertés párizsi (1,6) Flóra margarin (7) Négymagvas kenyér (1,7,11) En: 1497 kJ (358 kCal) Zsír: 12,8 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 37,5 g Cukor: 0,2 g Feh: 10,1 g Só: 1,8 g	Póréhagymás tojáskrém (3,7,10) TK zsemle (1) En: 1031 kJ (246 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 6,1 g Só: 1,5 g	TK pizzás rúd 50g (1,3) En: 831 kJ (198 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 3,5 g Szh: 23,5 g Cukor: 2,8 g Feh: 4,0 g Só: 0,9 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.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek