

Étlap

KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2003 Vizafogó konyha

2021 19. hét
2021. 05. 10.-2021. 05. 16.

Étlap: Iskolas
Korcsoport: 11-14 éves

Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Tízórai	TEI 1,5 (7) Csokis gabonagolyó (1,5,6,7,8,11)	Narancs-gránátalma tea Delima multivitamin margarin 40 Jégcsap reték Lennagos TK zsemle (1)	Kakao (7) Foszlóskaács (1,7)	Friss citromos tea Vaj (7) Méz Fehér formakenyér (1)	Tejeskávé (7) Vajas kifli (1,7)				
	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	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	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	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	En: 1099 kJ (263 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 8,2 g Feh: 10,1 g Só: 0,6 g				
Ebéd	Csitkeraguleves (9) Sajtos-tejfőlós tészta (1,3,7) Szezonális gyümölcs	Csontheves (1,9) Szárzlesztá-levesbetét (1,3) Zöldbabfőzelék (1,7) Vagdaltipogácsa sertéshúsból (1,3,11) Nápolyi (1,3,5,6,7,8)	Fokhagymakrémléves (1,9) Leves gyöngy (1) Tavasziízses-szárnycsúsz	Gyümölcs leves (1,7) Rozmaringos sertésborda (1,9) Petrezselymes burgonya	Hamis gulyásleves (1,9) Tökfőzelék (1,7) Rántott szárnyaspárizsi sültbe (1,3,6,7,11)				
	En: 2932 kJ (700 kCal) Zsír: 22,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 34,9 g Só: 1,4 g	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	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	En: 2651 kJ (633 kCal) Zsír: 18,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,7 g Cukor: 20,0 g Feh: 26,0 g Só: 1,0 g	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) Kígyó uborka TK zsemle (1)	Tejszínes sajtkrém (7) Fehér formakenyér (1)	Paprikás sertés párizsi (1,6) Flóra margarin (7) Négymagvas kenyér (1,7,11)	Póréhagymás tojáskrém (3,7,10) TK zsemle (1)	TK pizzás rúd (1,3)				
	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	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	En: 1497 kJ (358 kCal) Zsír: 12,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,5 g Cukor: 0,2 g Feh: 10,1 g Só: 1,8 g	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	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				

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendeti
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.-Tőás 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.-szeszammag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfűrt és abból készült termékek, 14.-Purinstűlek és abból készült termékek