

Étlap tervezet

2018 20. hét

2018.05.14.-2018.05.20.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea Sajtos kifli En: 909 kJ (217 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 9,8 g Feh: 5,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Karamellás tej Kuglóf En: 2359 kJ (564 kCal) Zsír: 18,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 80,9 g Cukor: 10,6 g Feh: 16,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Zöld tea Zsemle Vajkrém En: 1212 kJ (289 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	TEJ 2,8 Csokis gabonagolyó En: 63 kJ (15 kCal) Zsír: 0,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,3 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,6,7,8,11	Házi szárnyas májkrém Póréhagyma Rozskenyér En: 1568 kJ (374 kCal) Zsír: 15,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 22,8 g Só: 0,5 g Allergének:1,11
Ebéd	Sertésragu leves Piskóta kocka Csoki öntet En: 3558 kJ (850 kCal) Zsír: 34,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,0 g Cukor: 36,7 g Feh: 29,6 g Só: 3,7 g Allergének:1,3,7	Tojásleves Parajfőzelék Vagdalt pogácsa baromfi húsból Banán En: 2721 kJ (650 kCal) Zsír: 27,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,4 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7	Zellerkrém leves Leves gyöngy Debreceni sertés tokány Petrezselymes burgonya Csemege uborka En: 3405 kJ (813 kCal) Zsír: 49,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 58,3 g Cukor: 1,0 g Feh: 28,1 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Burgonyagombóc leves Vadas marha Spagetti En: 4686 kJ (1119 kCal) Zsír: 57,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 116,7 g Cukor: 4,1 g Feh: 33,2 g Só: 10,7 g Allergének:1,3,7	Zöldséges rizsleves Csirkemell dinó Zöldborsó főzelék* Puffasztott rizs szelet En: 3541 kJ (846 kCal) Zsír: 44,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 22,6 g Só: 4,4 g Allergének:1,3,6,7,9,10
Uzsonna	Marhapárizsi Margarin Zöldpaprika TK zsemle En: 1412 kJ (337 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,3 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Füstölt sajt szelet Margarin Kígyó uborka TK formakenyér En: 1531 kJ (366 kCal) Zsír: 14,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 12,1 g Só: 1,5 g Allergének:1,7	Méz Margarin TK barnakenyér sószegény En: 604 kJ (144 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 12,2 g Cukor: 12,1 g Feh: 0,1 g Só: 0,0 g	Körözött Retek Félbarna kenyér En: 1529 kJ (365 kCal) Zsír: 11,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 22,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Bürkifli En: 1395 kJ (333 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,9 g Cukor: 8,7 g Feh: 5,5 g Só: 0,4 g Allergének:1,8

A normál és diétás étlap elérhető az imfk.bp13.hu oldalon

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.-szezámog és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfűrt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek