

Étlap tervezet

2019. 18. hét

2019.04.29.-2019.05.05.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vízafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Fokhagymás szelet Kaliforniai paprika Félbarna kenyér λ En: 864 kJ (206 kCal) Zsír: 0,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,9 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,0 g Só: 0,9 g Allergének:1	Trópusi gyümölcs tea Gépsonka λ, b, ξ Ráma margarin Kígyó uborka TK formakenyér λ En: 1654 kJ (395 kCal) Zsír: 13,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,2 g Cukor: 20,0 g Feh: 13,3 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7		TEJ 1,5 ξ Rozsos bagett λ En: 1244 kJ (297 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,9 g Cukor: 0,9 g Feh: 13,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Zöld tea Körözött ξ Zöldpaprika TK formakenyér λ En: 1133 kJ (271 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,4 g Allergének:1,7
Ebéd	Palóclevés pulykából λ, b, ξ, η Mákos metélt $\lambda, \xi, \beta, \eta$ Szezonális gyümölcs En: 3870 kJ (924 kCal) Zsír: 30,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 122,3 g Cukor: 20,0 g Feh: 31,6 g Só: 1,0 g Allergének:1,5,7,8,9,11	Csontleves λ, η Szárastészta-levesbetét λ, ξ, β Paradicsomos sertés húsgombóc $\lambda, \beta, b, \eta, \xi, \eta$ Főtt burgonya Nápolyi $\lambda, \beta, \xi, b, \eta, \xi, \theta$ En: 3727 kJ (890 kCal) Zsír: 31,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 115,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 31,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9		Kertészleves λ, η, ξ Csirkemellpaprikás λ, ξ, η Tésztaköret(koleszterinmentes) λ En: 3101 kJ (741 kCal) Zsír: 29,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 74,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 40,5 g Só: 1,1 g Allergének:1,7,9	Karfiollevés λ, η, η Tavaszi sertés húsos bulgur λ En: 2882 kJ (688 kCal) Zsír: 28,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,2 g Cukor: 2,0 g Feh: 35,8 g Só: 1,1 g Allergének:1,9
Uzsonna	Lapka sajt ξ Delma margarin TK zsemle λ En: 1208 kJ (289 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,5 g Só: 0,9 g Allergének:1	Sajtos croissant λ En: 1385 kJ (331 kCal) Zsír: 18,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 2,0 g Feh: 9,7 g Só: 0,4 g Allergének:1,7		Zalai felvágott λ, b, ξ Ráma margarin Jégcsap retek TK formakenyér λ En: 1452 kJ (347 kCal) Zsír: 18,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7	Lekváros táská λ En: 1273 kJ (304 kCal) Zsír: 12,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,8 g Cukor: 2,0 g Feh: 3,9 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
Tar József úv.Tsz:0613592711.

Az étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

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.-Szójából 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.-Csilagfűt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek