

Étlap tervezet

2017 39. hét

2017.09.25.-2017.10.01.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea Margarin Rozsos zsemle En: 1220 kJ (291 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,0 g Cukor: 9,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1	TEJ 2,8 Sajtos kifli En: 753 kJ (180 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,8 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Tea Tejfeles túró TK zsemle En: 1091 kJ (260 kCal) Zsír: 4,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,6 g Cukor: 9,0 g Feh: 9,5 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Kakaó Fonott kismákos En: 1404 kJ (335 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 10,8 g Feh: 13,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,5,6,7,8,13	Húskrém Tea Kígyó uborka Graham kenyér En: 1741 kJ (416 kCal) Zsír: 19,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 9,0 g Feh: 15,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7
Ebéd	Húsgaluskaleves Túrós csusza En: 3377 kJ (806 kCal) Zsír: 34,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,9 g Cukor: 20,0 g Feh: 27,9 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,9	Paradicsom leves Tavaszi rizseshús Csemege uborka En: 3779 kJ (903 kCal) Zsír: 39,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,8 g Cukor: 3,0 g Feh: 28,3 g Só: 3,6 g Allergének:1,3,7,9	Magyaros karfiolleves Spagetti carbonara Alma En: 2785 kJ (665 kCal) Zsír: 21,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 29,2 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,6,7	Zöldségleves Natur sertésborda Vajas burgonya Ecetescékla En: 4791 kJ (1144 kCal) Zsír: 44,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 121,5 g Cukor: 8,0 g Feh: 37,4 g Só: 4,5 g Allergének:1,9	Csontleves Kelkáposzta főzelék Pulykapörkölt Linzer karika En: 3777 kJ (902 kCal) Zsír: 48,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,8 g Cukor: 10,0 g Feh: 33,8 g Só: 11,0 g Allergének:1,9
Uzsonna	Füstölt sajt szelet Delma margarin Félbarna kenyér En: 1307 kJ (312 kCal) Zsír: 14,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,7	Főtt kemény tojás 1/2 Margarin Sárgarépa Kukoricás kenyér En: 1246 kJ (298 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,3	Méz Vaj Fehér formakenyér En: 1329 kJ (317 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,2 g Cukor: 12,1 g Feh: 4,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Tavaszi felvágott Margarin Paradicsom Rozskenyér En: 1379 kJ (329 kCal) Zsír: 11,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,7 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Túrós batyu En: 989 kJ (236 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,8 g Cukor: 8,4 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7

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