

# Étlap tervezet

2017 39. hét

2017.09.25.-2017.10.01.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Gyümölcsstea Tejszínes sajtkrém Paradicsom Félbarna kenyér</p> <p>En: 1276 kJ ( 305 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,9 g Cukor: 15,0 g Feh: 5,8 g Só: 1,3 g Allergének:1,7</p>	<p>TEJ 1,5 TK kifli sószegegy</p> <p>En: 1087 kJ ( 260 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcsstea Padlizsánkrém TK zsemle</p> <p>En: 873 kJ ( 209 kCal) Zsír: 0,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 4,6 g Só: 0,8 g Allergének:1</p>	<p>Gyümölcsös joghurt 125g TK kifli sószegegy</p> <p>En: 1161 kJ ( 277 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 7,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcsstea Tojáskrém Jégcsap retek TK formakenyér</p> <p>En: 1244 kJ ( 297 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,3 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,8 g Só: 1,4 g Allergének:1,3</p>
Ebéd	<p>Sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborka</p> <p>En: 2960 kJ ( 707 kCal) Zsír: 22,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 91,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 30,4 g Só: 1,6 g Allergének:1,9</p>	<p>Tojásleves Zöldborsófőzelék Pulykapörkölt</p> <p>En: 2734 kJ ( 653 kCal) Zsír: 30,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 56,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 39,4 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Karfiolleves Rostonsült sertésborda Főtt burgonya Szőlő</p> <p>En: 2327 kJ ( 556 kCal) Zsír: 17,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 69,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 26,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,9</p>	<p>Zöldségleves Lecsős sertésvirslí Tarhonya</p> <p>En: 3877 kJ ( 926 kCal) Zsír: 51,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 28,2 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,6,7,9</p>	<p>Csontleves Finommetélt Székelykáposzta Müzsizselet</p> <p>En: 1985 kJ ( 474 kCal) Zsír: 21,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,2 g Cukor: 6,8 g Feh: 26,2 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9,11,12</p>
Uzsonna	<p>Gépsonka Margarin TK zsemle</p> <p>En: 1241 kJ ( 297 kCal) Zsír: 8,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,4 g Só: 1,2 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Félbarna kenyér Mogyorókrém</p> <p>En: 1090 kJ ( 260 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,1 g Cukor: 9,6 g Feh: 5,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8</p>	<p>Csirkejava felvágott Margarin Zöldpaprika Kukoricás kenyér</p> <p>En: 1255 kJ ( 300 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,7 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>Soproni felvágott Delma margarin Kígyó uborka Fehér formakenyér</p> <p>En: 1062 kJ ( 254 kCal) Zsír: 8,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Túrós batyu</p> <p>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</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Tar József.  
Tsz:06 1 3592711

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet.

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