

Étlap tervezet

2017 40. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

2017.10.02.-2017.10.08.

Étlap: KINDER

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Tejszínes krémsajt Zöldpaprika Teljes kiőrlésű kenyér En: 1068 kJ (255 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,4 g Cukor: 15,0 g Feh: 4,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Kakaó Vajas kifli TK. En: 1065 kJ (254 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 10,2 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Tej 1/5 % Mogyorókrém Teljes kiőrlésű kenyér En: 1113 kJ (266 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,0 g Cukor: 12,1 g Feh: 5,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,5,6,7,8	Vadmalnás tea Tejfölös túró Teljes kiőrlésű kenyér En: 1098 kJ (262 kCal) Zsír: 3,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,0 g Cukor: 17,0 g Feh: 8,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Zöld tea Olasz felvágott Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér En: 1215 kJ (290 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,2 g Cukor: 15,1 g Feh: 6,5 g Só: 1,2 g Allergének:1,6
Ebéd	Sertésraguleves Tejbendara kakaó szórással Kenyer E En: 3847 kJ (919 kCal) Zsír: 24,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 133,6 g Cukor: 30,0 g Feh: 37,7 g Só: 1,3 g Allergének:1,3,7,9	Hamisgulyás leves Lencsefőzelék Főtt-füstölt comb Kenyer E Alma En: 3175 kJ (758 kCal) Zsír: 14,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 113,1 g Cukor: 6,0 g Feh: 39,2 g Só: 2,8 g Allergének:1,3,7,9	Cukkinikrémleves kölesgolyóval Sült csikecomb Párolt rizs Csemege uborka En: 4306 kJ (1028 kCal) Zsír: 42,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 106,5 g Cukor: 2,0 g Feh: 52,8 g Só: 3,7 g Allergének:1,7	Májgaluska leves Parajfőzelék Főtt tojás Főtt burgonya 1/2adag En: 3780 kJ (903 kCal) Zsír: 47,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 26,2 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,7	Gombaleves Szerb rizseshús Káposzta saláta En: 3852 kJ (920 kCal) Zsír: 39,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,1 g Cukor: 2,5 g Feh: 33,2 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,7
Uzsonna	Diákcsemege Delma margarin Zsemle En: 968 kJ (231 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,3 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Lapka sajt Ráma margarin Rozsos zsemle En: 1180 kJ (282 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,7 g Só: 1,3 g Allergének:1	Párizsi sertés Multivitaminos delma Paradicsom Hagymás kenyér En: 1130 kJ (270 kCal) Zsír: 9,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,6 g Cukor: 0,5 g Feh: 7,9 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7	Gépsonka Liga margarin Zöldpaprika Forma fehér kenyér En: 688 kJ (164 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 18,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,5 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7	Sajtosperec En: 833 kJ (199 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,1 g Cukor: 3,8 g Feh: 5,5 g Só: 0,4 g Allergének:1,7

Jó étvágyat kívánunk!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető
Ájpli János Konyhafőnök

Az étlapvátozásért elnézést kérünk!

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