

# Étlap tervezet

2017 41. hét

2017.10.09.-2017.10.15.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej 1/5 % Sajtos kifli</p> <p>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: 0,0 g Allergének:1,7</p>	<p>Vadmalnás tea Baromfi párizsi Liga margarin Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1235 kJ ( 295 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,7 g Cukor: 17,0 g Feh: 6,5 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Tejeskávé Fonott kismákos</p> <p>En: 1290 kJ ( 308 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,6 g Cukor: 10,8 g Feh: 12,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,5,6,7,8,13</p>	<p>Tej 1/5 % Kakaós kalács</p> <p>En: 633 kJ ( 151 kCal) Zsír: 3,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 25,0 g Cukor: 3,1 g Feh: 3,8 g Só: 0,3 g Allergének:1</p>	<p>Citromos tea Kenőmájás Jégcsapretek Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1052 kJ ( 251 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,3 g Cukor: 9,0 g Feh: 8,5 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7</p>
Ebéd	<p>Alföldi gulyásleves sertés Piskóta csoki öntettel Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 4147 kJ ( 990 kCal) Zsír: 31,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 129,1 g Cukor: 39,1 g Feh: 34,4 g Só: 2,0 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Csontleves finommetélttel Paradicsomos káposzta Csemege sertésborda /feltét Pöttyös Túró Rudi 1db/fő Kenyer E</p> <p>En: 3666 kJ ( 876 kCal) Zsír: 34,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 131,1 g Cukor: 13,0 g Feh: 36,1 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Tavaszi zöldborsóleves Csirkemellcsíkok sajtmártással Párolt rizs Alma</p> <p>En: 4137 kJ ( 988 kCal) Zsír: 35,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 126,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 40,2 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Csurgatott tojásleves Tonhalrudak rántva Vajas burgonya Csalamádé</p> <p>En: 3278 kJ ( 783 kCal) Zsír: 34,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,6 g Cukor: 2,5 g Feh: 23,4 g Só: 3,1 g Allergének:1,3,4,7</p>	<p>Tejfölös karalábéleves Tarhonyáshús sertés Csemege uborka</p> <p>En: 4137 kJ ( 988 kCal) Zsír: 50,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,7 g Cukor: 0,5 g Feh: 38,5 g Só: 3,2 g Allergének:1,3,7</p>
Uzsonna	<p>Csemege téli szalámi Ráma margarin Kígyóuborka Zsemle</p> <p>En: 1204 kJ ( 288 kCal) Zsír: 14,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,2 g Só: 2,0 g Allergének:1,7</p>	<p>Körözött Zöldpaprika Szezámagos zsemle</p> <p>En: 948 kJ ( 226 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7,11</p>	<p>Csirkemell sonka Delma margarin Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 814 kJ ( 194 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Trapista sajtszelet Kígyóuborka Liga margarin Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1045 kJ ( 250 kCal) Zsír: 10,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,8 g Só: 1,2 g Allergének:1,7</p>	<p>Lekváros bukta</p> <p>En: 1060 kJ ( 253 kCal) Zsír: 3,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,1 g Cukor: 13,9 g Feh: 7,1 g Só: 0,0 g</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető  
Ajpli 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.-szezámag 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