



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2017 45. hét
2017.11.06.-2017.11.12.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|--|---|--|--|---|
| Tízórai | Citromos tea Vaj Kígyó uborka Félbarna kenyér En: 1280 kJ (306 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,7 | Tejeskávé TK kifli sószegegy En: 1252 kJ (299 kCal) Zsír: 5,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,8 g Cukor: 7,8 g Feh: 11,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7 | Trópusi gyümölcs tea Méz Ráma margarin Fehér formakenyér En: 1608 kJ (384 kCal) Zsír: 11,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,2 g Cukor: 32,1 g Feh: 4,7 g Só: 1,7 g Allergének:1 | Gyümölcsös joghurt 125g TK kifli sószegegy 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 | Citromos tea Joghurtos Delma Jégcsap retek TK zsemle En: 1225 kJ (293 kCal) Zsír: 0,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,3 g Cukor: 9,1 g Feh: 5,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7 |
| Ebéd | Gulyásleves sertéshúsból Diós metélt Alma En: 3806 kJ (909 kCal) Zsír: 36,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 107,6 g Cukor: 20,0 g Feh: 31,4 g Só: 1,0 g Allergének:1,8,9 | Libaleves lúdgége tésztával Sólet füstölthússal tojással En: 3772 kJ (901 kCal) Zsír: 33,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 53,3 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,6 | Magyaros burgonyaleves Szárnyas rizottó Csemege uborka En: 3431 kJ (819 kCal) Zsír: 31,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,6 g Cukor: 1,0 g Feh: 37,4 g Só: 1,7 g Allergének:1,7 | Tejfölös gombaleves Szárzészta-levesbetét Panírozott csirkecomb filé süt Petrezselymes burgonya Cékklasálata csökkentett só En: 3566 kJ (852 kCal) Zsír: 33,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,9 g Cukor: 8,0 g Feh: 34,4 g Só: 4,5 g Allergének:1,3,7 | Magyaros karfiolleves Lecsős sertésvirslisli Tarhonya Körte En: 3952 kJ (944 kCal) Zsír: 52,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 90,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 25,9 g Só: 3,3 g Allergének:1,3,6,7,9 |
| Uzsonna | Sertéspárizsi Delma margarin TK zsemle En: 1090 kJ (260 kCal) Zsír: 10,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7 | Gépsonka Ráma margarin Kaliforniai paprika Rozskenyér En: 1323 kJ (316 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,5 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7 | Körözött Lilahagyma TK formakenyér En: 898 kJ (214 kCal) Zsír: 2,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,3 g Só: 1,4 g Allergének:1,7 | Kenőmájas Félbarna kenyér Kígyó uborka En: 1194 kJ (285 kCal) Zsír: 11,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,2 g Só: 2,0 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 |

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Konyha vezető
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