

Étlap tervezet

2017 46. hét

2017.11.13.-2017.11.19.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Puffancs TEJ 2,8 En: 979 kJ (234 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,5 g Cukor: 4,9 g Feh: 5,1 g Só: 0,5 g Allergének:1	Gyümölcs tea Tejfeles túró Kifli sószegegy En: 1177 kJ (281 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,3 g Cukor: 25,6 g Feh: 7,6 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Kakaó Briós En: 1217 kJ (291 kCal) Zsír: 7,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,6 g Cukor: 15,3 g Feh: 11,9 g Só: 0,0 g Allergének:7	Tea Sajtos kifli En: 909 kJ (217 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 9,8 g Feh: 5,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Házi gyümölcsyoghurt TK kifli sószegegy En: 1259 kJ (301 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,9 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,5 g Só: 0,8 g Allergének:1,7
Ébéd	Tojásleves Bugaci aprópecsenye Párolt rizs En: 3009 kJ (719 kCal) Zsír: 29,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 78,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 31,6 g Só: 1,9 g Allergének:1,3	Zellerkrém leves Tonhalas-paradicsomos penne sa Müzli szelet En: 2544 kJ (608 kCal) Zsír: 14,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 74,5 g Cukor: 6,4 g Feh: 42,4 g Só: 6,0 g Allergének:4,7,12	Csontleves Sóskamártás Főtt burgonya1/2 Natúr csirkemell filé Banán En: 3609 kJ (862 kCal) Zsír: 24,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 115,5 g Cukor: 12,0 g Feh: 37,8 g Só: 4,0 g Allergének:1,7,9	Babgulyás Tejbedara Mandarin Félbarna kenyér En: 5113 kJ (1221 kCal) Zsír: 36,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 175,2 g Cukor: 41,5 g Feh: 40,3 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7,9	Gombaleves tejfőlös Natur sertésborda Hagymás tört burgonya Káposzta saláta En: 4664 kJ (1114 kCal) Zsír: 59,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,3 g Cukor: 1,0 g Feh: 38,1 g Só: 12,9 g Allergének:1,7,9
Uzsonna	Csirkemell sonka Margarin Paradicsom TK barnakenyér sószegegy En: 580 kJ (139 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,1 g Só: 0,0 g Allergének:1,6,7	Mogyorókrém Fehér formakenyér En: 1116 kJ (266 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,3 g Cukor: 9,6 g Feh: 5,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8	Margarin Pritaminpaprika TK zsemle En: 1104 kJ (264 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 6,6 g Só: 0,9 g Allergének:1	Főtt kemény tojás 1/2 Margarin Sárgarépa Félbarna kenyér En: 1262 kJ (302 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,3	Pizzás csiga En: 1447 kJ (346 kCal) Zsír: 14,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,1 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,6,7

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