

Étlap tervezet

2017 48. hét

2017.11.27.-2017.12.03.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea Körözött TK formakenyér En: 1075 kJ (257 kCal) Zsír: 2,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,6 g Cukor: 15,0 g Feh: 7,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Tejeskávé Panini En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcs tea Snidlinges túrókrém TK zsemle En: 1228 kJ (293 kCal) Zsír: 5,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 11,7 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Kuglóf En: 2147 kJ (513 kCal) Zsír: 17,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 70,3 g Cukor: 1,6 g Feh: 15,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcs tea Delma margarin Méz TK barnakenyér sószegegy En: 1361 kJ (325 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 59,9 g Cukor: 27,3 g Feh: 5,1 g Só: 0,8 g Allergének:1
Ebéd	Nyírségi gombóc leves Morzsás nudli En: 3691 kJ (882 kCal) Zsír: 13,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 146,6 g Cukor: 20,6 g Feh: 32,8 g Só: 4,1 g Allergének:1,3,7,9	Csontleves Tavaszirizses-szárnyashús Csemege uborka En: 2071 kJ (495 kCal) Zsír: 13,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 61,5 g Cukor: 1,0 g Feh: 28,8 g Só: 1,3 g Allergének:1,9	Tojásleves Lencse főzelék Sült kolbász Alma En: 5871 kJ (1402 kCal) Zsír: 90,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,1 g Cukor: 6,0 g Feh: 58,6 g Só: 5,1 g Allergének:1,3,6,7,10	Zöldségleves Vadas sertésből Tésztaköret Narancs En: 3585 kJ (856 kCal) Zsír: 29,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,2 g Cukor: 7,0 g Feh: 34,7 g Só: 1,9 g Allergének:1,7,9,10	Gyümölcs leves Rántott csirkemellfilé Vajas burgonya En: 4039 kJ (965 kCal) Zsír: 20,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 121,9 g Cukor: 20,0 g Feh: 40,0 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7
Uzsonna	Baromfipárizsi Margarin Zöldpaprika Vizes zsemle En: 1469 kJ (351 kCal) Zsír: 13,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Trappista sajt Delma margarin TK formakenyér En: 1195 kJ (285 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Csirkemell sonka Margarin Kígyó uborka Kukoricás kenyér En: 1184 kJ (283 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Póréhagymás tojáskrém TK formakenyér En: 1018 kJ (243 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 6,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,10	Olasz felvágott Margarin Rozsos zsemle En: 1381 kJ (330 kCal) Zsír: 13,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 0,2 g Feh: 8,5 g Só: 1,6 g Allergének:1,6

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