

# Étlap tervezet

2017 49. hét

2017.12.04.-2017.12.10.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé Briós  En: 1108 kJ ( 265 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,4 g Cukor: 12,3 g Feh: 10,5 g Só: 0,0 g Allergének:7	Gyümölcsstea Margarin TK kifli sószegegy  En: 1420 kJ ( 339 kCal) Zsír: 7,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,9 g Cukor: 20,8 g Feh: 4,6 g Só: 0,8 g Allergének:1	Tea Tavaszi felvágott Margarin Rozskenyér  En: 1408 kJ ( 336 kCal) Zsír: 11,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,9 g Cukor: 9,0 g Feh: 8,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7	TEJ 2,8 Kuglóf  En: 1741 kJ ( 416 kCal) Zsír: 14,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 59,7 g Cukor: 1,6 g Feh: 8,6 g Só: 0,8 g Allergének:1	TEJ 2,8 Kukoricás pehely mézes-mackó  En: 42 kJ ( 10 kCal) Zsír: 0,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 2,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,2 g Só: 0,0 g
Ebéd	Frankfurti leves Darás metélt Sárgabarack íz  En: 4885 kJ ( 1167 kCal) Zsír: 43,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 160,9 g Cukor: 49,8 g Feh: 26,5 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7	BrokkolikréMLEVES Tavaszi rizses hús Ecetescékla  En: 2947 kJ ( 704 kCal) Zsír: 22,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,0 g Cukor: 8,0 g Feh: 31,8 g Só: 1,9 g Allergének:1,7	Lebbencsleves Lencse főzelék Sült debreceni Narancs  En: 4651 kJ ( 1111 kCal) Zsír: 60,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,9 g Cukor: 6,0 g Feh: 43,1 g Só: 4,1 g Allergének:1,3,6,7	Karalábéleves( tejföls) Szezámagos sertésborda Tört burgonya Uborka saláta  En: 4426 kJ ( 1057 kCal) Zsír: 56,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,4 g Cukor: 10,0 g Feh: 32,5 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,7,11	Csontleves Burgonya főzelék Húsgolyók - mirelit Banán  En: 4658 kJ ( 1113 kCal) Zsír: 67,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 100,8 g Cukor: 20,0 g Feh: 20,8 g Só: 4,7 g Allergének:1,7,9
Uzsonna	Zalai felvágott Margarin Burgonyás kenyér  En: 1311 kJ ( 313 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 25,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Paradicsom Félbarna kenyér  En: 897 kJ ( 214 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,7 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Méz Margarin Fehér formakenyér  En: 1271 kJ ( 304 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,1 g Cukor: 12,1 g Feh: 4,7 g Só: 0,9 g Allergének:1	Snidlinges vajkrém Zsemle  En: 934 kJ ( 223 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 g Allergének: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

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