

# Étlap tervezet

2017 50. hét

2017.12.11.-2017.12.17.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Gyulai májas TK zsemle  En: 1297 kJ ( 310 kCal) Zsír: 11,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,0 g Cukor: 9,0 g Feh: 11,0 g Só: 1,9 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Molnárka  En: 1159 kJ ( 277 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 3,8 g Feh: 10,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	Kakaó Delma margarin TK zsemle  En: 1512 kJ ( 361 kCal) Zsír: 10,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,0 g Cukor: 10,0 g Feh: 12,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Vaj Méz Fehér formakenyér  En: 1590 kJ ( 380 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,4 g Cukor: 27,1 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Citromos tea Házi édes túrókrém TK zsemle  En: 1035 kJ ( 247 kCal) Zsír: 3,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,3 g Cukor: 15,6 g Feh: 7,6 g Só: 1,4 g Allergének:1,7
Ebéd	Frankfurti leves Tejberizs kakaószórással Narancs  En: 3327 kJ ( 795 kCal) Zsír: 29,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 102,5 g Cukor: 20,0 g Feh: 23,5 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7	Csontleves Finommetélt Zöldbabfőzelék Sertés húsgolyók TK formakenyér  En: 2710 kJ ( 647 kCal) Zsír: 23,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 77,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 27,1 g Só: 3,5 g Allergének:1,3,6,7,9,12	Magyaros burgonyaleves Csirkemellpaprikás Tésztaköret(koleszterinmentes)  En: 3244 kJ ( 775 kCal) Zsír: 29,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 81,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 40,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Tejfőlös gombaleves Fokhagymás sertésborda Zöldséges rizs  En: 3404 kJ ( 813 kCal) Zsír: 40,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 77,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 29,7 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Zöldborsóleves Pusztai pörkölt sertésből Csemege uborka  En: 2766 kJ ( 661 kCal) Zsír: 24,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 70,8 g Cukor: 1,0 g Feh: 32,0 g Só: 1,0 g Allergének:1,9
Uzsonna	Snidlinges vajkrém Félbarna kenyér  En: 960 kJ ( 229 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Kocka sajt Kifli szószegény  En: 707 kJ ( 169 kCal) Zsír: 5,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,0 g Cukor: 0,6 g Feh: 6,1 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Marhapárizsi Liga Csökk. zsírtart. margarin Kígyó uborka Graham kenyér  En: 1335 kJ ( 319 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,3 g Só: 0,2 g Allergének:1,7	Száraz kolbász Delma margarin Jégcsap retek TK zsemle  En: 1408 kJ ( 336 kCal) Zsír: 17,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7	Pizzás csiga  En: 932 kJ ( 223 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,5 g Cukor: 3,5 g Feh: 5,2 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Tar József.  
Tsz:06 706279212

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