

# Étlap tervezet

2018 2. hét

2018.01.08.-2018.01.14.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöld tea Tejszínes krémsajt Póréhagyma Kenyér forma  En: 1183 kJ ( 283 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,7 g Só: 0,2 g Allergének:1,7	Tej 1/5 % Fonott kismákos  En: 724 kJ ( 173 kCal) Zsír: 3,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,3 g Cukor: 0,8 g Feh: 4,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,5,6,7,8,13	Trópusi gyümölcsstea Kenőmájas Kenyér forma  En: 1277 kJ ( 305 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 10,0 g Só: 0,7 g Allergének:1,6,7	Kakaó Pannini  En: 1391 kJ ( 332 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 57,0 g Cukor: 16,6 g Feh: 11,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Vadmalnás tea Zalai felvágott Delma margarin Teljes kiörlésű kenyér  En: 1228 kJ ( 293 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,8 g Cukor: 17,0 g Feh: 7,2 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7
Ebéd	Sertésraguleves Tejbendara kakaó szórással Mandarin Kenyér forma  En: 4317 kJ ( 1031 kCal) Zsír: 24,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 155,7 g Cukor: 30,0 g Feh: 40,9 g Só: 1,3 g Allergének:1,3,7,9	Zöldbableves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya 1/2adag  En: 3764 kJ ( 899 kCal) Zsír: 38,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 106,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 27,7 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7	Sárgaborsópüré leves Vadas csirkemell Főtt tészta /koleszterin ment  En: 3878 kJ ( 926 kCal) Zsír: 21,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 124,9 g Cukor: 4,0 g Feh: 50,3 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,7,9,10	Újházy tyúkhúsleves Parajfőzelék Főtt tojás Főtt burgonya 1/2adag Pöttyös Túró Rudi 1db/fő  En: 3943 kJ ( 942 kCal) Zsír: 40,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 91,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 40,1 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7	Gyümölcsleves Bácskai rizseshús /sertés/ Csemege uborka  En: 3880 kJ ( 927 kCal) Zsír: 32,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 122,8 g Cukor: 10,5 g Feh: 29,6 g Só: 1,3 g Allergének:1,7
Uzsonna	Diákcsemege Delma margarin Rozsos zsemle  En: 966 kJ ( 231 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,2 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Gépsonka Liga margarin Kígyóuborka Teljes kiörlésű zsemle  En: 931 kJ ( 222 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,4 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Vajas kifli TK. Alma  En: 858 kJ ( 205 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,1 g Só: 1,1 g Allergének:7	Magyaros vajkrém Jégcsapretek Teljes kiörlésű kenyér  En: 963 kJ ( 230 kCal) Zsír: 10,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Ízesbukta  En: 1074 kJ ( 257 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 4,2 g Feh: 4,5 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető  
Ájpli János konyhafőnök

Az étlapvátozásért elnézést kérünk!

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