

# Étlap tervezet

2018 3. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2018.01.15.-2018.01.21.

Étlap: Kinder

2001 Hartyán konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej 1/5 % Sajtos buci</p> <p>En: 576 kJ ( 138 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,4 g Cukor: 1,2 g Feh: 4,0 g Só: 0,5 g Allergének:1,7</p>	<p>Citromos tea Párizsi /sertés / Multivitaminos delma Kígyóuborka Kenyér forma</p> <p>En: 1282 kJ ( 306 kCal) Zsír: 8,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,7 g Só: 0,2 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Tejeskávé Foszlós kalács</p> <p>En: 1159 kJ ( 277 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,3 g Cukor: 13,0 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,7</p>	<p>Zöld tea Tejszínes vajkrém Jégcsapretek Kenyér forma</p> <p>En: 1286 kJ ( 307 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,9 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,7 g Só: 0,0 g Allergének:1,7</p>	<p>Tej 1/5 % Mogyorókrém Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1113 kJ ( 266 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,0 g Cukor: 12,1 g Feh: 5,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,5,6,7,8</p>
Ebéd	<p>Frankfurti leves Mákos metélt Alma Kenyér E</p> <p>En: 3891 kJ ( 929 kCal) Zsír: 35,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 119,8 g Cukor: 10,0 g Feh: 28,6 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,5,6,7,8,11</p>	<p>Csontleves finommetélttel Mexikói húsos bab Kenyér forma</p> <p>En: 3405 kJ ( 813 kCal) Zsír: 20,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,9 g Cukor: 2,8 g Feh: 37,0 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,6,7</p>	<p>Zellerkrémleves levesgyönggyel Grill fűszeres sertésborda Párolt rizs Vitamin saláta</p> <p>En: 3154 kJ ( 753 kCal) Zsír: 31,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 112,0 g Cukor: 3,0 g Feh: 32,2 g Só: 2,6 g Allergének:1,7,9</p>	<p>Tavaszi zöldborsóleves Burgonyafőzelék Vagdalt sertés Kenyér forma Mandarin</p> <p>En: 4321 kJ ( 1032 kCal) Zsír: 45,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,1 g Cukor: 0,5 g Feh: 34,3 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Bazsalikomos paradicsomleves Gyros csirkemell Párolt rizs Amerikai káposzta saláta</p> <p>En: 3770 kJ ( 900 kCal) Zsír: 42,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,6 g Cukor: 3,0 g Feh: 32,9 g Só: 2,0 g Allergének:1,7</p>
Uzsonna	<p>Csemege téli szalámi Ráma margarin Teljes kiörlésű zsemle</p> <p>En: 1203 kJ ( 287 kCal) Zsír: 14,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,2 g Só: 2,0 g Allergének:1,7</p>	<p>Körözött Rozsos zsemle</p> <p>En: 857 kJ ( 205 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Libaszír Lilahagyma Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1132 kJ ( 270 kCal) Zsír: 15,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,2 g Só: 0,8 g Allergének:1</p>	<p>Csirkemell sonka Delma margarin Teljes kiörlésű zsemle</p> <p>En: 873 kJ ( 209 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Sajtos pereg</p> <p>En: 833 kJ ( 199 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,1 g Cukor: 3,8 g Feh: 5,5 g Só: 0,4 g Allergének:1,7</p>

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

2018.01.04. 12:19:43