

Étlap tervezet

2018. 8. hét

2018.02.19.-2018.02.25.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Snidlinges vajkrém TK zsemle</p> <p>En: 1087 kJ (260 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,3 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Kakaó Panini</p> <p>En: 1394 kJ (333 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 11,6 g Feh: 12,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcsstea Ráma margarin Trappista sajt Császár zsemle</p> <p>En: 1746 kJ (417 kCal) Zsír: 18,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,9 g Cukor: 16,0 g Feh: 10,6 g Só: 2,1 g Allergének:1,7</p>	<p>TEJ 1,5 Molnárka</p> <p>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</p>	<p>Gyümölcsstea Diákcsemege Delma margarin Póréhagyma TK zsemle</p> <p>En: 1607 kJ (384 kCal) Zsír: 17,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 9,5 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7</p>
Ebéd	<p>Csirkeraguleves TK piskóta kocka Csoki öntet Alma</p> <p>En: 2588 kJ (618 kCal) Zsír: 11,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,2 g Cukor: 34,0 g Feh: 28,9 g Só: 0,6 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Kertészleves Gyros csirke Párolt rizs Joghurtos öntet</p> <p>En: 3134 kJ (749 kCal) Zsír: 27,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 39,9 g Só: 2,3 g Allergének:1,7,9,10</p>	<p>Májgaluskaleves Parajfőzelék Főtt burgonya1/2 Főtt kemény tojás Mandarin</p> <p>En: 2519 kJ (602 kCal) Zsír: 20,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 22,1 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Mézes szilvaleves Sertéssült Petrezselymes burgonya Csemege uborka</p> <p>En: 2640 kJ (631 kCal) Zsír: 21,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,4 g Cukor: 11,0 g Feh: 29,5 g Só: 0,7 g Allergének:1,7</p>	<p>Lebbencsleves Zöldborsófőzelék Rántott szárnyaspárizsi</p> <p>En: 3155 kJ (754 kCal) Zsír: 30,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,2 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,6,7</p>
Uzsonna	<p>Debreceni csirkemellsonka Liga Csökk. zsirtart. margarin Graham kenyér</p> <p>En: 1154 kJ (276 kCal) Zsír: 9,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,3 g Só: 0,2 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Kenőmájas Jégcsap retek TK formakenyér</p> <p>En: 1223 kJ (292 kCal) Zsír: 11,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,8 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Delma multivitamin margarin 40 Kápia paprika Korpás kenyér</p> <p>En: 1012 kJ (242 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,2 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>Zalai felvágott Ráma margarin Paradicsom TK formakenyér</p> <p>En: 1466 kJ (350 kCal) Zsír: 18,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,8 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Kakaós csiga</p> <p>En: 538 kJ (128 kCal) Zsír: 2,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,7 g Cukor: 7,5 g Feh: 3,8 g Só: 0,0 g Allergének:1</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Tar József.

Tsz:06 13592711

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