

Étlap tervezet

2018 9. hét

2018.02.26.-2018.03.04.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|---|---|---|---|--|
| Tízórai | Tea Margarin Zsemle En: 1170 kJ (280 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,2 g Só: 0,8 g | Karamellás tej Briós En: 1410 kJ (337 kCal) Zsír: 7,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,9 g Cukor: 30,3 g Feh: 9,6 g Só: 0,0 g Allergének:7 | Zöld tea Sajtos kifli En: 1031 kJ (246 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 15,8 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7 | TEJ 2,8 Mézes gabonapehely En: 796 kJ (190 kCal) Zsír: 1,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,1 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,7,8 | Trópusi gyümölcsstea Sajtos baromfipárizsi Margarin Zsemle En: 1760 kJ (420 kCal) Zsír: 14,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 20,0 g Feh: 9,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7 |
| Ebéd | Gulyás leves Túrós csusza Félbarna kenyér En: 4992 kJ (1192 kCal) Zsír: 48,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 146,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 38,5 g Só: 8,0 g Allergének:1,3,7,9 | Csontleves Finom főzelék Főtt virsli Nápolyi En: 2320 kJ (554 kCal) Zsír: 23,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 63,3 g Cukor: 16,1 g Feh: 22,8 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9 | Lebbencsleves Gombás csirkeragu Párolt rizs Mandarin En: 3148 kJ (752 kCal) Zsír: 22,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 31,8 g Só: 1,8 g Allergének:1,3 | Zöldbab leves Rántott sertésborda Céklasaláta Hagymás tört burgonya En: 5121 kJ (1223 kCal) Zsír: 53,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 142,0 g Cukor: 37,0 g Feh: 35,2 g Só: 20,7 g Allergének:1,3,7 | Tojásleves Paradicsomos káposzta Húsgolyók - mirelit Banán En: 4273 kJ (1020 kCal) Zsír: 61,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 96,3 g Cukor: 15,0 g Feh: 18,8 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7,9 |
| Uzsonna | Kenőmájas Paradicsom Négymagvas kenyér En: 1104 kJ (264 kCal) Zsír: 7,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,3 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7,11 | Snidlinges vajkrém Kukoricás kenyér En: 943 kJ (225 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7 | Mogyorókrém Fehér formakenyér En: 1116 kJ (266 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,3 g Cukor: 9,6 g Feh: 5,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8 | Zöldpaprika Vaj Burgonyás kenyér En: 999 kJ (239 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 26,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,1 g Só: 0,7 g Allergének:1,7 | Bürkifli En: 1395 kJ (333 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,9 g Cukor: 8,7 g Feh: 5,5 g Só: 0,4 g Allergének:1,8 |

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