

Étlap tervezet

2018 10. hét

2018.03.05.-2018.03.11.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 7-10 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tízórai	Tej 1/5 % Sajtos buci 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	Citromos tea Zalai felvágott Delma margarin Kígyóborka Kenyér forma En: 1300 kJ (310 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,6 g Cukor: 15,0 g Feh: 9,3 g Só: 0,4 g Allergének:1,6,7	Kakaó Foszlóskalács En: 3320 kJ (793 kCal) Zsír: 40,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,2 g Cukor: 17,8 g Feh: 39,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Zöld tea Baromfi párizsi Ráma margarin Jégcsapretek Teljes kiörlésű kenyér En: 1299 kJ (310 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,8 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7	Tej 1/5 % Mogyorókrém Teljes kiörlésű kenyér 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	Trópusi gyümölcs tea Főtt tojás karika Delma light margarin Teljes kiörlésű kenyér En: 1134 kJ (271 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,3 g Cukor: 15,0 g Feh: 5,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,3	
Ebéd	Hüsgaluskaleves Burgonyafőzelék Alma Leccsós virsli Kenyér forma En: 4330 kJ (1034 kCal) Zsír: 57,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,6 g Cukor: 0,6 g Feh: 26,7 g Só: 4,4 g Allergének:1,6,7	Babgulyás Ízesbukta 2db/fő Kenyér forma En: 4474 kJ (1068 kCal) Zsír: 26,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 160,0 g Cukor: 8,4 g Feh: 40,8 g Só: 1,2 g Allergének:1,3,9	Házias gombóclevés Tejszínes gombás csirkemell Párolt rizs En: 3079 kJ (735 kCal) Zsír: 24,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 28,8 g Só: 2,4 g Allergének:1,3,7,9	Karfiollevés tejfölös Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya 1/2adag En: 3161 kJ (755 kCal) Zsír: 33,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 85,4 g Cukor: 5,0 g Feh: 23,4 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7	Tavaszi zöldborsólevés Rántott sajt M Párolt rizs Áfonya jam En: 2530 kJ (604 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 106,2 g Cukor: 14,5 g Feh: 13,3 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,9	Rostos ivólé 2dl/fő Tarhonyás hús sertés Káposzta saláta En: 2832 kJ (676 kCal) Zsír: 18,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,4 g Cukor: 22,5 g Feh: 30,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,3	
Uzsonna	Kárpáti szalámi Liga margarin Teljes kiörlésű zsemle En: 1060 kJ (253 kCal) Zsír: 10,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,3 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Körözött Rozsos zsemle En: 847 kJ (202 kCal) Zsír: 5,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Libazsír Lilahagyma Teljes kiörlésű kenyér En: 1116 kJ (266 kCal) Zsír: 15,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 26,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,1 g Só: 0,8 g Allergének:1	Kocka sajt Vajás kifli TK. En: 640 kJ (153 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 19,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,5 g Só: 1,1 g Allergének:7	Gépsonka Liga margarin Zsemle Kígyóborka En: 924 kJ (221 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,2 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Búrkifli diós 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.-szezám és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfűt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek