

Étlap tervezet

2018 10. hét

2018.03.05.-2018.03.11.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vízafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tízórai	Gyümölcs tea Méz Fehér formakenyér Delma multivitamin margarin 40 En: 1428 kJ (341 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,3 g Cukor: 27,1 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1	Kakaó Cink karika 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	Gyümölcs tea Túristaszalámi Liga Csökk. zsirtart. margarin Rozsos zsemle En: 1671 kJ (399 kCal) Zsír: 18,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,7 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7	Tejeskávé Foszlóskalács En: 1162 kJ (278 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 9,8 g Feh: 10,5 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Panini En: 1120 kJ (267 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,2 g Cukor: 1,6 g Feh: 11,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Citromos tea Delma margarin Kávia paprika TK zsemle En: 1053 kJ (251 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,4 g Só: 0,8 g Allergének:1	
Ebéd	Palócleves sertésből Mákos metélt Narancs En: 3842 kJ (918 kCal) Zsír: 33,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 115,4 g Cukor: 20,0 g Feh: 32,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,5,7,8,11	Csontleves Tököfzelék Vagdalt pogácsa sertés húsból TK80%gyümölcslekváros En: 2562 kJ (612 kCal) Zsír: 29,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,7 g Cukor: 3,8 g Feh: 26,6 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7,9	Gyümölcs leves Tarhonyás hús pulykából Káposzta saláta En: 3235 kJ (773 kCal) Zsír: 21,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 107,0 g Cukor: 21,0 g Feh: 33,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,7	Zellerleves Rostonsült csirkemell Párolt rizs En: 3024 kJ (722 kCal) Zsír: 24,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 90,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 36,3 g Só: 1,0 g Allergének:1,9	Tavaszi leves Serpényös burgonya baromfi vir Csemege uborka En: 2982 kJ (712 kCal) Zsír: 35,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 69,6 g Cukor: 1,0 g Feh: 23,9 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,6,7,9	Rostos gyümölcslé Bolognai makaróni sertésből En: 3120 kJ (745 kCal) Zsír: 22,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 34,8 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7	
Uzsonna	Baromfi májas Jégcsap retek TK zsemle En: 1188 kJ (284 kCal) Zsír: 11,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,4 g Só: 0,8 g Allergének:1	Zalai felvágott Ráma margarin Hagymás kenyér En: 1534 kJ (366 kCal) Zsír: 18,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,0 g Cukor: 0,5 g Feh: 10,7 g Só: 2,5 g Allergének:1,6,7	Körített túró Lilahagyma TK formakenyér En: 943 kJ (225 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Diákcsemege Delma margarin Kígyó uborka TK zsemle En: 1361 kJ (325 kCal) Zsír: 17,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7	Nádudvari snidlinges sajtkém TK kifli sószegény En: 922 kJ (220 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 8,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Fahéjas csiga En: 825 kJ (197 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,8 g Cukor: 12,5 g Feh: 3,6 g Só: 0,3 g Allergének:1	

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc 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.-Csillagfűt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek