

# Étlap tervezet

2018 14. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2018.04.02.-2018.04.08.

Étlap: Kinder I

2002 Karikás konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai			TEJ 2,8 Csokis gabonagolyó  En: 63 kJ ( 15 kCal) Zsír: 0,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,3 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,6,7,8,11	Gyümölcsstea Sajtosbuci  En: 917 kJ ( 219 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 21,2 g Feh: 4,1 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Kakaó Foszlós kalács  En: 1398 kJ ( 334 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,2 g Cukor: 10,0 g Feh: 14,0 g Só: 0,0 g Allergének:,7
Ebéd			Zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Banán Főtt burgonya1/2  En: 4045 kJ ( 966 kCal) Zsír: 40,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 122,2 g Cukor: 25,0 g Feh: 26,5 g Só: 1,5 g Allergének:1,7,9	Sárgaborsópüré leves Leves gyöngy Tarhonyás hús sertésből Vitamin saláta  En: 3842 kJ ( 918 kCal) Zsír: 35,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,9 g Cukor: 5,0 g Feh: 41,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,3	Rostos gyümölcsle Szezámagos csirkemellfilé Párolt rizs Csemege uborka  En: 3221 kJ ( 769 kCal) Zsír: 28,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,1 g Cukor: 1,0 g Feh: 33,7 g Só: 1,1 g Allergének:1,3,11
Uzsonna			Füstölt sajt szelet Margarin Kígyó uborka Félbarna kenyér  En: 1510 kJ ( 361 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,5 g Só: 1,5 g Allergének:1,7	Párizsi Delma margarin Paradicsom Négymagvas kenyér  En: 1222 kJ ( 292 kCal) Zsír: 10,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7,11	Túrós batyu  En: 989 kJ ( 236 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,8 g Cukor: 8,4 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7

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.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek