

Étlap tervezet

2018 15. hét

2018.04.09.-2018.04.15.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea Kenőmájas Zsemle En: 1062 kJ (254 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 9,0 g Feh: 8,7 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Tejeskávé Kuglóf En: 2312 kJ (552 kCal) Zsír: 17,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,8 g Cukor: 8,6 g Feh: 15,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Zöld tea Körözött TK zsemle En: 1838 kJ (439 kCal) Zsír: 11,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 57,1 g Cukor: 15,0 g Feh: 22,6 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	TEJ 2,8 Sárgabarack íz Margarin Félbarna kenyér En: 1315 kJ (314 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,9 g Cukor: 13,6 g Feh: 4,4 g Só: 0,9 g Allergének:1	Gyümölcsstea Sajtos kifli sószegevény En: 1094 kJ (261 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,9 g Cukor: 20,8 g Feh: 5,8 g Só: 0,0 g Allergének:1,7
Ebéd	Kassai burgonyaleves Káposztás kocka Mandarin En: 3398 kJ (812 kCal) Zsír: 23,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,9 g Cukor: 5,0 g Feh: 28,8 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7	Daragaluska leves Zöldborsó főzelék* Bélszín roló Müzli szelet En: 3928 kJ (938 kCal) Zsír: 55,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,8 g Cukor: 20,0 g Feh: 28,3 g Só: 3,5 g Allergének:1,3,6,7,9	Magyaros gombaleves Csirkemell sajt mártással Párolt rizs En: 3239 kJ (774 kCal) Zsír: 30,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,1 g Cukor: 2,4 g Feh: 34,3 g Só: 2,5 g Allergének:1,7,9	Paradicsom leves Panírozott halrudak Párolt rizs Tartármártás En: 4650 kJ (1111 kCal) Zsír: 52,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 129,5 g Cukor: 17,0 g Feh: 24,7 g Só: 1,3 g Allergének:1,3,4,7,9	Csontleves Sóskamártás Főtt burgonya 1/2 Főtt kemény tojás Banán En: 2363 kJ (564 kCal) Zsír: 14,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,0 g Cukor: 12,0 g Feh: 14,8 g Só: 1,0 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna	Kocka sajt Paradicsom Négymagvas kenyér En: 1022 kJ (244 kCal) Zsír: 5,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,7,11	Vaj Kaliforniai paprika TK barnakenyér sószegevény En: 521 kJ (124 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,5 g Só: 0,0 g Allergének:7	Gépsonka Margarin Rozskenyér En: 1210 kJ (289 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,1 g Só: 0,4 g Allergének:1,6,7	Tejszínes sajtkrém Retek Zsemle En: 946 kJ (226 kCal) Zsír: 8,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,0 g Só: 1,2 g Allergének:7	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.-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