

Étlap tervezet

2018. 17. hét

2018.04.23.-2018.04.29.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vízafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcsstea Nádudvari snidlinges sajt-kém Fehér formakenyér En: 1169 kJ (279 kCal) Zsír: 4,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,4 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Tejeskávé TK kifli sószegény En: 1252 kJ (299 kCal) Zsír: 5,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,8 g Cukor: 7,8 g Feh: 11,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Ráma margarin Trappista sajt TK formakenyér En: 1634 kJ (390 kCal) Zsír: 16,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 10,6 g Só: 2,1 g Allergének:1,7	Citromos tea Száras csemege szalámi Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle En: 1656 kJ (395 kCal) Zsír: 20,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,0 g Cukor: 9,1 g Feh: 10,9 g Só: 1,9 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Molnárika En: 1159 kJ (277 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 3,8 g Feh: 10,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7
Ebéd	Burgonya leves Tarhonyás hús sertésből Mongol saláta En: 4564 kJ (1090 kCal) Zsír: 42,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 130,5 g Cukor: 7,7 g Feh: 40,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,3,7	Tavaszi leves Zöldborsófőzelék Rántott szárnyaspárizsi En: 3394 kJ (811 kCal) Zsír: 36,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 87,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 34,7 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,6,7,9	Gyümölcs leves Fűszeres csirkemell filé Párolt rizs Csemege uborka En: 3997 kJ (955 kCal) Zsír: 31,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 130,7 g Cukor: 21,0 g Feh: 33,9 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Tárkonyos szárnyasragu Darás metélt Alma En: 4544 kJ (1085 kCal) Zsír: 41,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 141,4 g Cukor: 36,3 g Feh: 33,5 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Csontleves Száraltészta-levesbetét Parajfőzelék Füstölt comb szelet Főtt burgonya1/2 En: 2066 kJ (493 kCal) Zsír: 19,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 24,5 g Só: 3,5 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna	Zalai felvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle En: 1314 kJ (314 kCal) Zsír: 15,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,9 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Delma multivitamin margarin 40 Lilahagyma Félbarna kenyér En: 1020 kJ (244 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1	Delma margarin Kígyó uborka TK zsemle En: 857 kJ (205 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,9 g Só: 0,8 g Allergének:1	Joghurtos Delma Paradicsom Félbarna kenyér En: 1048 kJ (250 kCal) Zsír: 0,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Kocka sajt Kaliforniai paprika TK formakenyér En: 937 kJ (224 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,2 g Só: 1,4 g Allergének:1,7

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

Tar József.
Tsz:06 13592711
Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet.

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.-Szojabab 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.-szezámag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfűrt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek