

# Étlap tervezet

2018 18. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

2018.04.30.-2018.05.06.

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai			Tej 1/5 % Briós  En: 723 kJ ( 173 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,0 g Cukor: 7,3 g Feh: 3,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,3	Citromos tea Körözött Jégcsapretek Teljes kiörlésű kenyér  En: 1101 kJ ( 263 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,6 g Cukor: 15,0 g Feh: 7,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Zöld tea Gépsonka Liga margarin Kaliforniai paprika Teljes kiörlésű kenyér  En: 1187 kJ ( 284 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 9,0 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7
Ebéd			Májgaluska leves Káposztás kocka Alma  En: 3514 kJ ( 839 kCal) Zsír: 27,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 118,9 g Cukor: 4,0 g Feh: 27,6 g Só: 2,8 g Allergének:1,3	Reszelttészta leves Zöldbabfőzelék Fokh. aprópecsenye/feltét/ Citrom rolád Teljes kiörlésű kenyér  En: 3625 kJ ( 866 kCal) Zsír: 48,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 77,5 g Cukor: 5,1 g Feh: 29,4 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,7,9	Rostos ivólé 2dl/fő Sült csirkecomb Párolt rizs Sváb saláta  En: 3621 kJ ( 865 kCal) Zsír: 27,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,4 g Cukor: 22,5 g Feh: 45,6 g Só: 0,9 g Allergének:1
Uzsonna			Diákcsemege Delma margarin Kígyóuborka Teljes kiörlésű zsemle  En: 984 kJ ( 235 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,7 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Lapka sajt Ráma margarin Rozsos zsemle  En: 1180 kJ ( 282 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,7 g Só: 1,3 g Allergének:1	Fahéjas csiga  En: 1154 kJ ( 276 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 17,5 g Feh: 5,0 g Só: 0,4 g Allergének:1

A normál és a diétás étlap elérhető az [imfk.bp13.hu](http://imfk.bp13.hu) oldalon

Az étlapvátozásért elnézést kérünk!

Jó étvágyat kívánunk!!  
Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető  
Ájpli János konyhafőnök

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