

## Étlap tervezet

2018 19. hét

2018.05.07.-2018.05.13.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.  
2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej 1/5 % Sajtos buci  En: 576 kJ ( 138 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,4 g Cukor: 1,2 g Feh: 4,0 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Vadmálnás tea Kenőmájás Jégcsapretek Teljes kiörlésű kenyér  En: 1218 kJ ( 291 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,2 g Cukor: 17,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Kakaó Pannini  En: 1330 kJ ( 318 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,4 g Cukor: 16,6 g Feh: 10,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Citromos tea Tejszínes krémsajt Zöldpaprika Teljes kiörlésű kenyér  En: 1068 kJ ( 255 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,4 g Cukor: 15,0 g Feh: 4,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Trópusi gyümölcsstea Medvehagymás túrókrém Teljes kiörlésű kenyér  En: 1077 kJ ( 257 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,1 g Cukor: 15,0 g Feh: 7,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,7
Ebéd	Kertészleves Fejtett babfőzelék Bélszínroló /marhahús/ Alma Kenyer forma  En: 4178 kJ ( 998 kCal) Zsír: 45,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,3 g Cukor: 3,0 g Feh: 33,1 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,6,7,9	Sertésraguleves Piskóta csoki öntettel Kenyer E  En: 3611 kJ ( 862 kCal) Zsír: 27,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,1 g Cukor: 39,1 g Feh: 33,6 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7,9	Erőleves csigatésztával Sóska mártás Főtt tojás Főtt burgonya 1/2adag Banán  En: 3778 kJ ( 902 kCal) Zsír: 26,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 131,3 g Cukor: 20,0 g Feh: 17,9 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7	Cukkinikrémleves zsemlekocka Jóasszony csirkemell Párolt rizs  En: 3524 kJ ( 842 kCal) Zsír: 32,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 102,6 g Cukor: 1,5 g Feh: 34,6 g Só: 2,6 g Allergének:1,6,7	Bazsalikomos paradicsomleves Tonhalrudak rántva Hagymás tört burgonya Vitamin saláta  En: 3237 kJ ( 773 kCal) Zsír: 32,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,6 g Cukor: 5,5 g Feh: 22,2 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,4,7
Uzsonna	Paprikás szalámi Delma margarin Kigyóborka Teljes kiörlésű zsemle  En: 1093 kJ ( 261 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,4 g Só: 1,5 g Allergének:1,7	Kocka sajt Vajas kifli TK.  En: 640 kJ ( 153 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 19,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,5 g Só: 1,1 g Allergének:7	Kárpáti szalámi Liga margarin Pritamin paprika Szezámagos zsemle  En: 1137 kJ ( 272 kCal) Zsír: 12,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7,11	Csirkemell sonka Ráma margarin Szezámagos zsemle  En: 1057 kJ ( 253 kCal) Zsír: 9,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,6 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7,11	Bécsi fánk  En: 1118 kJ ( 267 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 6,7 g Feh: 5,0 g Só: 0,0 g

Jó étvágyat kívánunk!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető  
Ájpli János konyhafőnök

Az étlapvátozásért elnézést kérünk!

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.-szezámag 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