

Étlap tervezet

2018 21. hét

2018.05.21.-2018.05.27.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|-------|---|--|--|---|
| Tízórai | | Gyümölcsstea Baconos kifli En: 1054 kJ (252 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,5 g Cukor: 20,0 g Feh: 6,3 g Só: 0,4 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 | Tea Margarin Rozsos bagett En: 1290 kJ (308 kCal) Zsír: 7,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,8 g Cukor: 9,9 g Feh: 4,7 g Só: 0,9 g Allergének:1 | Tea Főtt kemény tojás 1/2 Margarin Zsemle En: 1308 kJ (312 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 9,0 g Feh: 6,3 g Só: 0,8 g Allergének:3 |
| Ebéd | | Húsgaluskaleves Tejben rizs Alma En: 3606 kJ (861 kCal) Zsír: 20,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 140,9 g Cukor: 59,9 g Feh: 19,7 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,9 | Karfiolleves (magyaros) Burgonya főzelék Rántott párizsi Banán En: 2986 kJ (713 kCal) Zsír: 28,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 11,9 g Só: 3,5 g Allergének:1,7,9 | Paradicsom leves Grillfűszeres sertésborda Párolt rizs 1/2 Párolt mexikói zöldség 1/2 En: 3284 kJ (784 kCal) Zsír: 29,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,1 g Cukor: 2,0 g Feh: 34,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7,9,10 | Tavaszi leves Meggymártás Főtt burgonya1/2 Főtt csirkemell Nápolyi En: 3290 kJ (786 kCal) Zsír: 20,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 107,0 g Cukor: 36,8 g Feh: 37,1 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9 |
| Uzsonna | | Tejszínes sajtkrém Kígyó uborka Rozskenyér En: 899 kJ (215 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,4 g Só: 0,4 g Allergének:7 | Csirkemell sonka Delma margarin Paradicsom Négymagvas kenyér En: 1170 kJ (279 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,4 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7,11 | Húsos pecsenyészir Zöldpaprika TK formakenyér En: 1685 kJ (402 kCal) Zsír: 25,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,7 g Só: 2,9 g Allergének:1 | Fahéjas csiga En: 2118 kJ (506 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 8,2 g Só: 0,5 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, magyorkók 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