



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018 22. hét
2018.05.28.-2018.06.03.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tízórai | TEJ 1,5 Briós En: 1129 kJ (270 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 7,3 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,7 | Trópusi gyümölcs tea Nádudvari snidlinges sajt-kém TK zsemle En: 1254 kJ (299 kCal) Zsír: 4,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,3 g Cukor: 20,0 g Feh: 8,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7 | Kakaó Panini En: 1394 kJ (333 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 11,6 g Feh: 12,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7 | Citromos tea Körözött TK zsemle En: 984 kJ (235 kCal) Zsír: 2,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,3 g Cukor: 9,1 g Feh: 8,0 g Só: 1,4 g Allergének:1,7 | TEJ 1,5 TK kifli sószegegy En: 1087 kJ (260 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7 |
| Ebéd | Tojásleves Szárnyasragu Budapest módra Főtt burgonya Vitamin saláta TK barnakenyér sószegegy En: 3376 kJ (806 kCal) Zsír: 23,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,2 g Cukor: 5,1 g Feh: 33,8 g Só: 2,4 g Allergének:1,3 | Lebbencsleves Panírozott hal-rúd sütőben Párolt rizs Light-tartármártás En: 3908 kJ (933 kCal) Zsír: 29,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 125,3 g Cukor: 16,3 g Feh: 23,1 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,4,7,10 | Tárkonyos sertésraguleves Mákos metélt Alma En: 3484 kJ (832 kCal) Zsír: 28,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,9 g Cukor: 20,0 g Feh: 32,1 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,5,8,11 | Daragaluska-leves Mexikói szárnyas húsos bab TK barnakenyér sószegegy En: 3412 kJ (815 kCal) Zsír: 31,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 37,7 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,6,7,9 | Zöldségkrémleves Leves gyöngy Tarhonyás hús pulykából Kovászos uborka En: 3347 kJ (799 kCal) Zsír: 33,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 34,4 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,7,9 |
| Uzsonna | Zalai felvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin Zöldpaprika TK zsemle En: 1420 kJ (339 kCal) Zsír: 15,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7 | Gépsonka Ráma margarin Félbarna kenyér Kígyó uborka En: 1296 kJ (310 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,8 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7 | Vajkrém Paradicsom TK zsemle En: 1040 kJ (248 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,7 | Delma multivitamin margarin 40 Kígyó uborka Félbarna kenyér En: 960 kJ (229 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1 | Sajtos croissant En: 1385 kJ (331 kCal) Zsír: 18,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 2,0 g Feh: 9,7 g Só: 0,4 g Allergének:1,7 |

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál ,diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
Konyha vezető

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