

Étlap tervezet

2018.22. hét

2018.05.28.-2018.06.03.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

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: 1189 kJ (284 kCal) Zsír: 4,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 8,3 g Só: 0,8 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 Körített túró TK zsemle En: 965 kJ (230 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,6 g Cukor: 9,0 g Feh: 6,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Tejeskávé TK kifli sószegegy 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
Ebéd	Tojásleves Szárnyasragu Budapest módra Főtt burgonya En: 2297 kJ (549 kCal) Zsír: 21,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 27,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,3	Lebbencsleves Panírozott hal-rúd sütőben Párolt rizs Vitamin saláta En: 3158 kJ (754 kCal) Zsír: 20,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,5 g Cukor: 5,0 g Feh: 23,1 g Só: 1,2 g Allergének:1,3,4,7	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 Félbarna kenyér En: 3380 kJ (807 kCal) Zsír: 31,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 37,1 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,6,7,9	Zöldségkrémleves Leves gyöngy Tarhonyás hús pulykából Csemege uborka En: 3425 kJ (818 kCal) Zsír: 33,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 85,6 g Cukor: 1,0 g Feh: 35,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna	Zalai felvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin Zöldpaprika TK zsemle En: 1355 kJ (324 kCal) Zsír: 15,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,5 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Gépsonka Ráma margarin Kígyó uborka Félbarna kenyér 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: 976 kJ (233 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Delma margarin Kígyó uborka Félbarna kenyér En: 887 kJ (212 kCal) Zsír: 6,4 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 étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

Normál diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu

Tar József úv. Tsz:0613592711.

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