



KINDER F és K Vendéglátó Kft.  
2000 Bemutató példány

**Étlap tervezet**  
2018 23. hét  
2018.06.04.-2018.06.10.

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	Citromos tea Vaj Méz Fehér formakenyér  En: 1486 kJ ( 355 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,2 g Cukor: 21,1 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Tejescávé Foszlóskalács  En: 1162 kJ ( 278 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 9,8 g Feh: 10,5 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Kocka sajt TK kifli sószegegy  En: 1151 kJ ( 275 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,3 g Cukor: 15,8 g Feh: 7,5 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Vaj TK zsemle Paradicsom  En: 1584 kJ ( 378 kCal) Zsír: 15,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 12,3 g Só: 0,9 g Allergének:1,7
Ebéd	Fejtettbab- leves füstölt sert Tejberizs kakaószórással Alma  En: 3478 kJ ( 831 kCal) Zsír: 25,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 113,8 g Cukor: 20,0 g Feh: 30,0 g Só: 2,0 g Allergének:1,7	Csontleves Szárzészta-levesbetét Tökfőzelék Sertéspörkölt Nápolyi  En: 2737 kJ ( 654 kCal) Zsír: 34,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,5 g Cukor: 5,0 g Feh: 29,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9	Vegyesgyümölcs-leves Sajttal töltött pulykamell Párolt rizs Káposzta saláta  En: 3530 kJ ( 843 kCal) Zsír: 41,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,1 g Cukor: 9,2 g Feh: 23,0 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7	Magyaros gombaleves Eszterházy csirkeragu Tésztaköret(koleszterinmentes) Alma  En: 4007 kJ ( 957 kCal) Zsír: 41,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,4 g Cukor: 3,0 g Feh: 36,7 g Só: 1,6 g Allergének:1,7,9,10	Zöldborsóleves Serpényös burgonya baromfi vir Csemege uborka  En: 2927 kJ ( 699 kCal) Zsír: 34,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 66,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 24,5 g Só: 2,2 g Allergének:1,6,7,9
Uzsonna	Zalai felvágott Ráma margarin Kaliforniai paprika TK formakenyér  En: 1485 kJ ( 355 kCal) Zsír: 18,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,8 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7	Tejszínes sajtkrém Zöldpaprika TK zsemle  En: 1044 kJ ( 249 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 6,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Marhapárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle Kígyó uborka  En: 1341 kJ ( 320 kCal) Zsír: 14,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,2 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Joghurtos Delma Félbarna kenyér Zöldpaprika  En: 1043 kJ ( 249 kCal) Zsír: 0,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Lekváros bukta  En: 1074 kJ ( 257 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 4,2 g Feh: 4,5 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!  
Normál ,diétás étlap elérhető: imf.kb13.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