

Étlap tervezet

2018 38. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2018.09.17.-2018.09.23.

Étlap: Kinder

2003 Vizafogó konyha

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	Gyümölcsstea Gépsonka Delma margarin Kígyó uborka TK zsemle En: 1349 kJ (322 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 13,0 g Só: 1,2 g Allergének:1,6,7	Tejeskávé Panini En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Baromfipárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin Félbarna kenyér En: 1609 kJ (384 kCal) Zsír: 15,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,0 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Korpás kifli sószegegy En: 1089 kJ (260 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,0 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,0 g Só: 0,4 g Allergének:1,7
Ebéd	Legényfogóleves Mákos metélt Körte En: 3340 kJ (798 kCal) Zsír: 27,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 100,2 g Cukor: 20,0 g Feh: 33,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,5,7,8,10,11	Csontleves Sárgaborsó főzelék Sült kolbász (Debreceni) En: 2748 kJ (656 kCal) Zsír: 31,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 57,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,7 g Só: 2,8 g Allergének:1,6,9	Paradicsom leves Tavaszirizses-szárnyashús Nápolyi En: 2891 kJ (691 kCal) Zsír: 26,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,1 g Cukor: 13,0 g Feh: 27,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9	Kertészleves Burgonyafőzelék Sertés húsgolyók En: 2408 kJ (575 kCal) Zsír: 22,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 66,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 20,4 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,6,7,9,12	Alma leves Gombás sertés tokány Bulgur Vegyesvágott savanyú En: 4922 kJ (1176 kCal) Zsír: 62,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 111,8 g Cukor: 17,5 g Feh: 37,8 g Só: 11,8 g Allergének:1,7
Uzsonna	Száraz csemege szalámi Ráma margarin Paradicsom TK formakenyér En: 1650 kJ (394 kCal) Zsír: 22,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,7 g Só: 2,7 g Allergének:1,7	Tejszínes sajtkrém Graham kenyér En: 997 kJ (238 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	Zalai felvágott Margarin Zöldpaprika TK formakenyér En: 1461 kJ (349 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Lapka sajt Teavaj Kígyó uborka TK zsemle En: 978 kJ (234 kCal) Zsír: 7,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,5 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Kakaós csiga En: 538 kJ (128 kCal) Zsír: 2,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,7 g Cukor: 7,5 g Feh: 3,8 g Só: 0,0 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

Normál.diétás étlap elérhető: mfk.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

2018.09.12. 12:34:18