

Étlap tervezet

2018 39. hét

2018.09.24.-2018.09.30.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea Vajkrém TK zsemle En: 1150 kJ (275 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,5 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 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	Gyümölcsstea Margarin Méz Fehér formakenyér En: 1612 kJ (385 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,2 g Cukor: 32,1 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1	TEJ 2,8 TK kifli sószegevény En: 681 kJ (163 kCal) Zsír: 1,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,8 g Feh: 4,4 g Só: 0,8 g Allergének:1	Tea Nádudvari snidlinges sajt TK formakenyér En: 1059 kJ (253 kCal) Zsír: 4,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 9,1 g Feh: 8,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7
Ébéd	Gulyás leves Piskóta kocka Csoki öntet En: 3509 kJ (838 kCal) Zsír: 30,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,3 g Cukor: 34,0 g Feh: 25,9 g Só: 6,4 g Allergének:1,3,7,9	Tojásleves Tavaszi rizseshús Vitamin saláta En: 3498 kJ (836 kCal) Zsír: 39,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 90,9 g Cukor: 5,0 g Feh: 24,7 g Só: 3,5 g Allergének:1,3	Csontleves Szárastészta-levesbetét Zöldbabfőzelék Csirkemell dinó En: 2291 kJ (547 kCal) Zsír: 31,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 19,1 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,6,7,9,10	Karfiolleves (magyaros) Tonhalas-paradicsomos penne sajt Körte En: 3248 kJ (776 kCal) Zsír: 23,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,8 g Cukor: 6,4 g Feh: 45,4 g Só: 6,6 g Allergének:1,4,7,9,12	Gombaleves tejfőlős Debreceni sertés tokány Petrezselymes burgonya Csemege uborka En: 3545 kJ (847 kCal) Zsír: 47,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 63,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 32,2 g Só: 1,2 g Allergének:1,6,7,9
Uzsonna	Csirkemell sonka Margarin Zöldpaprika Burgonyás kenyér En: 1078 kJ (257 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,6 g Só: 0,7 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Sárgarépa TK zsemle En: 969 kJ (231 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Delma margarin Kígyó uborka TK zsemle En: 922 kJ (220 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,4 g Só: 0,9 g Allergének:1	Baromfipárizsi Margarin Zöldpaprika Kukoricás kenyér En: 1478 kJ (353 kCal) Zsír: 14,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,0 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Csokis croissant En: 1146 kJ (274 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,9 g Cukor: 5,3 g Feh: 4,1 g Só: 0,4 g Allergének:1,7

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

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc 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