

Étlap tervezet

2018 45. hét

2018.11.05.-2018.11.11.

Étlap: Kinder

Korcsoport: 7-10 éves

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tízórai	Citromos tea Tejszínes krémsajt Zöldpaprika Forma fehér kenyér En: 931 kJ (222 kCal) Zsír: 6,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,6 g Cukor: 15,0 g Feh: 3,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Tej 1/5 % Sajtos kifli En: 753 kJ (180 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,8 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Vadmálnás tea Kenőmájas Paradicsom Teljes kiőrlésű kenyér En: 1191 kJ (284 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,2 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Karamellás tej Briós En: 1024 kJ (245 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,4 g Cukor: 15,1 g Feh: 9,1 g Só: 0,0 g Allergének:7	Zöld tea Főtt tojás karika Liga margarin Póréhagyma Teljes kiőrlésű kenyér En: 1153 kJ (275 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 5,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,3	Tej 1/5 % Kakaós kalács En: 1266 kJ (302 kCal) Zsír: 7,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,0 g Cukor: 6,1 g Feh: 7,7 g Só: 0,6 g Allergének:1	
Ebéd	Sertésraguleves Tejbendara kakaó szórással Gyümölcs Kenyer E En: 3085 kJ (737 kCal) Zsír: 21,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 102,7 g Cukor: 13,0 g Feh: 31,3 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7	Lebbencsleves Paradicsomos káposzta Bélszínroló /marhahús/ Choco piskota Kenyer forma En: 3761 kJ (898 kCal) Zsír: 37,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,8 g Cukor: 15,6 g Feh: 23,3 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,6,7,8	Sárgaborsópüré leves Hentes csirkemellragu Párolt rizs En: 2895 kJ (691 kCal) Zsír: 17,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 34,5 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,6,7	Erőleves csigatészta Serpényős burgonya gazdagon Vitamin saláta Kenyer E En: 2595 kJ (620 kCal) Zsír: 23,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,9 g Cukor: 2,6 g Feh: 19,5 g Só: 2,6 g Allergének:1,3,6,7	Zöldbableves Tarhonyáshús sertés Céklasaláta En: 2988 kJ (714 kCal) Zsír: 25,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,7 g Cukor: 4,0 g Feh: 34,1 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7	Rostos ivólé 2 dl Sült csirkecomb Burgonyapüré En: 2062 kJ (493 kCal) Zsír: 16,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,7 g Cukor: 20,0 g Feh: 7,3 g Só: 1,3 g Allergének:7	
Uzsonna	Paprikás szalámi Liga margarin Teljes kiőrlésű zsemle En: 784 kJ (187 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,4 g Só: 0,9 g Allergének:1	Zalai felvágott Delma margarin Kígyóuborka Szezámagos zsemle En: 1190 kJ (284 kCal) Zsír: 12,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,5 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7,11	Trapista sajtszelet Multivitaminos delma Zsemle En: 1062 kJ (254 kCal) Zsír: 10,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,8 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Csemege téliszalámi Waja margarin Pritamin paprika Rozsos zsemle En: 1195 kJ (286 kCal) Zsír: 13,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,9 g Só: 1,7 g Allergének:1,7	Bécsi fánk En: 1118 kJ (267 kCal) Zsír: 13,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 6,7 g Feh: 5,0 g Só: 0,0 g Allergének:1,3,7	Kocka sajt Vajas kifli TK. Gyümölcs En: 858 kJ (205 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,1 g Só: 1,1 g Allergének:7	

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.-Csillagfűt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek