

Étlap tervezet

2018 45. hét

2018.11.05.-2018.11.11.

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tízórai	Tea Sajtos kifli sószegevény En: 909 kJ (217 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 9,8 g Feh: 5,7 g Só: 0,0 g Allergének:1,7	Tejeskávé Foszlós kalács En: 1289 kJ (308 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,0 g Cukor: 7,0 g Feh: 12,6 g Só: 0,0 g Allergének:7	Gyümölcstea Méz Margarin 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	Gyümölcsös yoghurt TK kifli sószegevény En: 1161 kJ (277 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 7,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Csokis gabonagolyó En: 469 kJ (112 kCal) Zsír: 3,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 13,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,1 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,6,7,8,11	Gyümölcstea Marhapárizsi Margarin TK zsemle En: 1711 kJ (409 kCal) Zsír: 11,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 9,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	
Ebéd	Gulyás leves Diós metélt Alma En: 4357 kJ (1041 kCal) Zsír: 46,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 123,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 28,8 g Só: 6,5 g Allergének:1,8,9	Csontleves Sólet füstölt hússal tojással En: 2357 kJ (563 kCal) Zsír: 19,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 35,7 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,6,9	Burgonya leves Párolt rizs Jóasszony sertés borda Banán En: 4850 kJ (1158 kCal) Zsír: 47,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 134,5 g Cukor: 2,7 g Feh: 40,9 g Só: 5,4 g Allergének:1,7	Tejfölös gombaleves Rántott csirkecomb filé Petrezselymes burgonya Csemege uborka En: 3331 kJ (796 kCal) Zsír: 33,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,1 g Cukor: 1,0 g Feh: 38,0 g Só: 1,6 g Allergének:1,3,7	Magyaros karfiolleves Lecsós virsli Tarhonya Túrórudi En: 3738 kJ (893 kCal) Zsír: 48,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 81,3 g Cukor: 9,0 g Feh: 29,0 g Só: 1,6 g Allergének:1,3,6,7	Rostos gyümölcslé Kelkáposzta főzelék Vagdalt pogácsa En: 3173 kJ (758 kCal) Zsír: 41,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 28,7 g Só: 10,4 g Allergének:1,3	
Uzsonna	Baromfipárizsi Margarin Kígyó uborka TK zsemle En: 1513 kJ (361 kCal) Zsír: 14,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,5 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Kaliforniai paprika Delma margarin TK barnakenyér sószegevény En: 285 kJ (68 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,4 g Só: 0,0 g	Körözött Paradicsom TK formakenyér En: 1594 kJ (381 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 23,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Kenőmájas Kígyó uborka Félbarna kenyér En: 957 kJ (228 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7	Olasz felvágott Margarin Jégcsap retek TK barnakenyér sószegevény En: 989 kJ (236 kCal) Zsír: 17,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 1,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,1 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Túrós batyu En: 989 kJ (236 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,8 g Cukor: 8,4 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	

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