

Étlap tervezet

2018 45. hét

2018.11.05.-2018.11.11.

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tízórai	Citromos tea Margarin Kígyó uborka Félbarna kenyér En: 1222 kJ (292 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,1 g Só: 0,9 g Allergének:1	Tejeskávé TK kifli sószegevény En: 1252 kJ (299 kCal) Zsír: 5,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,8 g Cukor: 7,8 g Feh: 11,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Trópusi gyümölcstea Méz Ráma margarin Fehér formakenyér En: 1608 kJ (384 kCal) Zsír: 11,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,2 g Cukor: 32,1 g Feh: 4,7 g Só: 1,7 g Allergének:1	Citromos tea Kenőmájás Kígyó uborka Félbarna kenyér En: 1351 kJ (323 kCal) Zsír: 11,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 11,4 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Joghurtos delma Jégcsap retek TK zsemle En: 1576 kJ (376 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 14,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Citromos tea Marhapárizsi Ráma margarin Paradicsom TK formakenyér En: 1561 kJ (373 kCal) Zsír: 16,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,2 g Cukor: 9,1 g Feh: 10,4 g Só: 1,7 g Allergének:1,7	
Ebéd	Gulyásleves sertéshúsból Diós metélt Szezonális gyümölcs En: 3588 kJ (857 kCal) Zsír: 36,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 30,8 g Só: 1,0 g Allergének:1,8,9	Libaleves lúdgége tésztával Sólet füstölthússal tojással En: 3772 kJ (901 kCal) Zsír: 33,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 95,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 53,3 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,6	Magyaros burgonyaleves Szárnyas rizottó Csemege uborka Szezonális gyümölcs En: 3431 kJ (819 kCal) Zsír: 31,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,6 g Cukor: 1,0 g Feh: 37,4 g Só: 1,7 g Allergének:1,7	Tejfölös gombaleves Rántott csirkemellfilé Petrezselymes burgonya En: 2773 kJ (662 kCal) Zsír: 19,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 74,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 39,4 g Só: 1,6 g Allergének:1,3,7	Karfiolleves Lecsós sertésvirsli Tarhonya En: 3547 kJ (847 kCal) Zsír: 46,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 25,3 g Só: 3,3 g Allergének:1,3,6,7,9	Rostos gyümölcslé Kelkáposzta-főzelék Vagdaltszelet sertéshúsból En: 2353 kJ (562 kCal) Zsír: 17,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 26,5 g Só: 1,3 g Allergének:1,3	
Uzsonna	Sertéspárizsi Delma margarin TK zsemle En: 1090 kJ (260 kCal) Zsír: 10,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Gépsonka Ráma margarin Kaliforniai paprika Rozskenyér En: 1242 kJ (297 kCal) Zsír: 13,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,4 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Körített túró Lilahagyma TK formakenyér En: 943 kJ (225 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Gyümölcsös yoghurt 125g 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	Olasz felvágott Ráma harmónia Vizes zsemle En: 1802 kJ (430 kCal) Zsír: 28,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,2 g Feh: 9,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,6	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.-Rákók 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.-szezámag 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