

Étlap tervezet

2018. 46. hét

2018.11.12.-2018.11.18.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Gyümölcs tea Lapka sajt Ráma margarin TK zsemle</p> <p>En: 1647 kJ (393 kCal) Zsír: 16,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,6 g Cukor: 15,0 g Feh: 10,6 g Só: 1,7 g Allergének:1</p>	<p>Kakaó Foszlóskalács</p> <p>En: 1271 kJ (304 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 12,8 g Feh: 12,0 g Só: 0,3 g Allergének:1,7</p>	<p>TEJ 1,5 Cink karika</p> <p>En: 1221 kJ (292 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,8 g Cukor: 1,6 g Feh: 12,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Citromos tea Margarin Áfonya lekvár Fehér formakenyér</p> <p>En: 1426 kJ (341 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,9 g Cukor: 18,6 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>TEJ 1,5 Briós</p> <p>En: 1230 kJ (294 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,2 g Cukor: 7,3 g Feh: 12,1 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,7</p>
Ebéd	<p>Gyümölcs leves Bácskai rizseshús sertésből Vegyesvágott savanyú Szezonális gyümölcs</p> <p>En: 3555 kJ (849 kCal) Zsír: 23,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 119,5 g Cukor: 25,0 g Feh: 33,6 g Só: 1,6 g Allergének:1,7</p>	<p>Lebbencsleves Zöldborsófőzelék Rántott szárnyaspárizsi</p> <p>En: 3155 kJ (754 kCal) Zsír: 30,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,2 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,6,7</p>	<p>Csontleves Finommetélt Tonhalas-paradicsomos tészta Szezonális gyümölcs</p> <p>En: 3148 kJ (752 kCal) Zsír: 29,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 80,4 g Cukor: 0,5 g Feh: 38,6 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,4,7,9,12</p>	<p>Rostos gyümölcslé Tarhonyás hús pulykából Csemege uborka</p> <p>En: 2808 kJ (671 kCal) Zsír: 18,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,6 g Cukor: 1,0 g Feh: 32,4 g Só: 0,7 g Allergének:1,3</p>	<p>Zöldségleves Szárastészta-levesbetét Székelykáposzta TK formakenyér Túrórudi</p> <p>En: 3084 kJ (737 kCal) Zsír: 30,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 77,3 g Cukor: 9,1 g Feh: 34,3 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,7,9</p>
Uzsonna	<p>Joghurtos delma Kaliforniai paprika Burgonyás kenyér</p> <p>En: 928 kJ (222 kCal) Zsír: 0,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,0 g Só: 0,7 g Allergének:1,7</p>	<p>Olasz felvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin Kígyó uborka Félbarna kenyér</p> <p>En: 1390 kJ (332 kCal) Zsír: 16,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,8 g Cukor: 0,2 g Feh: 9,2 g Só: 1,7 g Allergének:1,6</p>	<p>Magyaros vajkrém Lilahagyma TK formakenyér</p> <p>En: 1075 kJ (257 kCal) Zsír: 8,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 6,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Kakaós csiga</p> <p>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</p>	<p>Sajtos kifli</p> <p>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</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

Normál diétás étlap elérhető: imfk.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