

Étlap tervezet

2018 47. hét

2018.11.19.-2018.11.25.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém TK zsemle</p> <p>En: 1004 kJ (240 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,8 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Tejeskávé Panini</p> <p>En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcs tea Ráma harmónia TK zsemle</p> <p>En: 1692 kJ (404 kCal) Zsír: 20,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 5,1 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>TEJ 1,5 TK kifli sószegegy</p> <p>En: 1189 kJ (284 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 12,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Citromos tea Vajkrém Kígyó uborka TK formakenyér</p> <p>En: 1162 kJ (278 kCal) Zsír: 8,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,4 g Cukor: 9,1 g Feh: 6,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>
Ebéd	<p>Szárnyas raguleves Tejbedara Szezonális gyümölcs</p> <p>En: 2362 kJ (564 kCal) Zsír: 17,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 27,9 g Só: 0,6 g Allergének:1,7,9</p>	<p>Májgaluskaleves Burgonyafőzelék Sertés húsgolyók TK formakenyér</p> <p>En: 3160 kJ (755 kCal) Zsír: 24,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 28,2 g Só: 3,6 g Allergének:1,3,6,7,9,12</p>	<p>Mézes szilvaleves Kukoricás pulykaragu Bulgur Szezonális gyümölcs</p> <p>En: 2983 kJ (712 kCal) Zsír: 21,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 99,3 g Cukor: 12,5 g Feh: 27,7 g Só: 1,3 g Allergének:1,7,11</p>	<p>Zöldborsóleves Grillfűszeres csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Káposzta saláta</p> <p>En: 2449 kJ (585 kCal) Zsír: 18,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,5 g Cukor: 1,0 g Feh: 32,9 g Só: 1,2 g Allergének:1,7,9,10</p>	<p>Tojásleves Temesvári sertés ragu Tésztaköret</p> <p>En: 2724 kJ (651 kCal) Zsír: 28,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 66,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 27,6 g Só: 1,6 g Allergének:1,3,7</p>
Uzsonna	<p>Gépsonka Ráma margarin Kaliforniai paprika Félbarna kenyér</p> <p>En: 1336 kJ (319 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,7 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Delma multivitamin margarin 40 Jégcsap retek TK formakenyér</p> <p>En: 989 kJ (236 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>Marhapárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin Félbarna kenyér</p> <p>En: 1282 kJ (306 kCal) Zsír: 13,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,1 g Só: 1,0 g Allergének:1</p>	<p>Csirkemell sonka Delma margarin Fehér formakenyér</p> <p>En: 1024 kJ (245 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,2 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Túrós batyu</p> <p>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</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát, indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

Normál diétás étlap elérhető: mfk.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