



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018 48. hét
2018.11.26.-2018.12.02.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tízórai	Citromos tea Baromfipárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin TK formakenyér En: 1526 kJ (365 kCal) Zsír: 16,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,7 g Cukor: 9,1 g Feh: 8,6 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Mézes gabonapehely En: 1303 kJ (311 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,6 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,7,8	Trópusi gyümölcs tea Sajtos kifli sószegény En: 1090 kJ (260 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,9 g Cukor: 20,8 g Feh: 5,6 g Só: 0,0 g Allergének:1,7	Citromos tea Mogyorókrém Fehér formakenyér En: 1272 kJ (304 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,3 g Cukor: 18,6 g Feh: 6,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8	Kakaó Vajas kifli En: 1394 kJ (333 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 11,6 g Feh: 12,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcs tea Szalámis kockasajt kifli TK sószegény En: 470 kJ (112 kCal) Zsír: 4,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 15,5 g Cukor: 15,0 g Feh: 3,1 g Só: 0,5 g Allergének:7	
Ebéd	Gulyásleves pulykahúsból Tejberizs kakaószórással Szezonális gyümölcs En: 2682 kJ (641 kCal) Zsír: 18,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 27,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,7,9	Karfiolleves Sertéspörkölt Tésztaköret(koleszterinmen) Káposzta saláta En: 3025 kJ (723 kCal) Zsír: 31,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,0 g Cukor: 1,0 g Feh: 32,3 g Só: 1,3 g Allergének:1,9	Vajgaluska leves Lencse főzelék Vagdalt pogácsa baromfi húsból En: 3462 kJ (827 kCal) Zsír: 25,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,0 g Cukor: 6,0 g Feh: 47,8 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7,9,10	Sütőtökrém leves Leves gyöngy Rántott halfilé Zöldséges bulgur Light-tartármártás En: 5190 kJ (1240 kCal) Zsír: 42,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 150,3 g Cukor: 28,6 g Feh: 42,8 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,4,7,10	Lebbencsleves Zöldborsófőzelék Virsli En: 2607 kJ (623 kCal) Zsír: 26,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 63,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 31,3 g Só: 2,8 g Allergének:1,3,6,7	Rostos gyümölcslé Fokhagymás sertésborda Burgonyapüré Vegyesvágott savanyú En: 2830 kJ (676 kCal) Zsír: 18,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,8 g Cukor: 5,0 g Feh: 27,9 g Só: 1,9 g Allergének:1,7	
Uzsonna	Főtt kemény tojás 1/2 Vaj Kukoricás kenyér En: 1219 kJ (291 kCal) Zsír: 13,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,3,7	Zalai felvágott Ráma margarin TK zsemle Kígyó uborka En: 1458 kJ (348 kCal) Zsír: 18,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,9 g Só: 2,4 g Allergének:1,6,7	Cukkinikrém TK formakenyér En: 801 kJ (191 kCal) Zsír: 2,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,2 g Só: 1,0 g Allergének:1	Kópéfelvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle Jégcsap retek En: 1374 kJ (328 kCal) Zsír: 15,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Sárgarépás túrókrém TK zsemle En: 938 kJ (224 kCal) Zsír: 3,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Lekváros bukta En: 1074 kJ (257 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 4,2 g Feh: 4,5 g Só: 0,4 g Allergének:1	

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.-szezám 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