

Étlap tervezet

2018 48. hét

2018.11.26.-2018.12.02.

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 Soproni felvágott Margarin TK barnakenyér sószegevény En: 703 kJ (168 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 9,2 g Cukor: 9,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,0 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Mézes gabonapehely En: 1202 kJ (287 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,9 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,7,8	Trópusi gyümölcs tea Sajtos kifli sószegevény 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	Tea Mogyorókrém Fehér formakenyér En: 1271 kJ (304 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,4 g Cukor: 18,6 g Feh: 6,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8	Kakaó Molnárka 50g En: 1433 kJ (342 kCal) Zsír: 8,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,2 g Cukor: 13,8 g Feh: 12,5 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	Zöld tea Zsemle Kocka sajt En: 1103 kJ (263 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,4 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,0 g Só: 1,3 g Allergének:7	
Ebéd	Frankfurti leves Mákos metélt Alma En: 3804 kJ (909 kCal) Zsír: 35,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 112,7 g Cukor: 20,0 g Feh: 28,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8,11	Kertész leves Bugaci aprópecsenye Párolt rizs En: 3188 kJ (761 kCal) Zsír: 32,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 81,7 g Cukor: 1,1 g Feh: 31,4 g Só: 6,4 g Allergének:1	Daragaluska leves Sárgaborsó főzelék Vagdalt pogácsa baromfi húsból Narancs En: 3389 kJ (810 kCal) Zsír: 27,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 44,4 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,9	Sütőtökrém leves Leves gyöngy Panírozott halrudak Zöldséges rizs En: 4350 kJ (1039 kCal) Zsír: 40,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 131,9 g Cukor: 10,0 g Feh: 24,8 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,4,7	Magyaros karfiolleves Sertéspaprikás Tésztaköret Csalamádé En: 3089 kJ (738 kCal) Zsír: 34,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 63,8 g Cukor: 3,2 g Feh: 42,6 g Só: 10,9 g Allergének:1,7	Rostos gyümölcsle Paradicsomos burgonya főzelék Bélszín roló Túró rudi En: 3996 kJ (954 kCal) Zsír: 47,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,1 g Cukor: 29,4 g Feh: 24,6 g Só: 3,5 g Allergének:1,3,6,7,9	
Uzsonna	Sárgabarack íz Margarin Rozskenyér En: 1221 kJ (292 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,0 g Cukor: 13,6 g Feh: 4,2 g Só: 0,0 g Allergének:1,6,7,11	Zalai felvágott Margarin Kígyó uborka Négymagvas kenyér En: 1600 kJ (382 kCal) Zsír: 14,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,1 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7,11	Főtt kemény tojás 1/2 Margarin Kaliforniai paprika TK formakenyér En: 1265 kJ (302 kCal) Zsír: 7,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 6,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,3	Kópé felvágott Margarin Jégcsap retek TK zsemle En: 1475 kJ (352 kCal) Zsír: 13,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,3 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	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	Fahéjas csiga En: 1154 kJ (276 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 17,5 g Feh: 5,0 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.-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