

Étlap tervezet

2018 48. hét

2018.11.26.-2018.12.02.

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 Baromfipárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin TK zsemle En: 1539 kJ (368 kCal) Zsír: 16,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,6 g Cukor: 9,1 g Feh: 8,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Briós 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	Gyümölcs tea Tojáskrém Vizes zsemle En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 4,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,10	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 Molnárka 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	Gyümölcs tea Kocka sajt Kifli sószegény En: 968 kJ (231 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,3 g Cukor: 15,6 g Feh: 6,2 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	
Ebéd	Gulyásleves pulykahúsból Darás metélt Szezonális gyümölcs En: 4200 kJ (1003 kCal) Zsír: 32,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 144,2 g Cukor: 36,3 g Feh: 29,5 g Só: 1,5 g Allergének:1,9	Karfiolleves Sertéspörkölt Tésztaköret Csemege uborka En: 2800 kJ (669 kCal) Zsír: 27,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 70,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 32,8 g Só: 1,5 g Allergének:1,9	Vajgaluska leves Lencse főzelék Vagdalt pogácsa baromfihúsból Szezonális gyümölcs 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 Panírozott hal-rúd sütőben Zöldséges rizs En: 4063 kJ (970 kCal) Zsír: 35,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 126,4 g Cukor: 10,0 g Feh: 23,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,4,7	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 Céklasaláta En: 2907 kJ (694 kCal) Zsír: 17,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 87,3 g Cukor: 8,0 g Feh: 27,9 g Só: 1,7 g Allergének:1,7	
Uzsonna	Nádudvari snidlinges sajtkém Kukoricás kenyér En: 866 kJ (207 kCal) Zsír: 4,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,2 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Zalai felvágott Ráma margarin Kígyó uborka TK formakenyér En: 1445 kJ (345 kCal) Zsír: 18,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,8 g Só: 2,3 g Allergének:1,6,7	Margarin 35% Kaliforniai paprika TK formakenyér En: 932 kJ (223 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 g Allergének:1	Kópéfelvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin Jégcsap retek TK zsemle 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	Sárgarépas 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