



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018 49. hét
2018.12.03.-2018.12.09.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Delma margarin Lapka sajt TK zsemle En: 1365 kJ (326 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,3 g Cukor: 9,0 g Feh: 10,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Tejeskávé Kifli En: 1245 kJ (297 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,8 g Cukor: 7,8 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcs tea Házi édes túrókrém Fehér formakenyér En: 1194 kJ (285 kCal) Zsír: 3,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,6 g Cukor: 21,6 g Feh: 7,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Panini 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	Trópusi gyümölcs tea Ráma margarin Száras csemege szalámi TK zsemle En: 1954 kJ (467 kCal) Zsír: 22,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,1 g Cukor: 20,0 g Feh: 11,2 g Só: 2,7 g Allergének:1,7
Ébéd	Fejtettbab- leves füstölt sertés Piskóta kocka Csoki öntet Szezonális gyümölcs En: 3354 kJ (801 kCal) Zsír: 24,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 102,1 g Cukor: 34,0 g Feh: 29,5 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7	Zöldségleves Paradicsomos sertés húsgombóc Főtt burgonya1/2 En: 3062 kJ (731 kCal) Zsír: 30,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,9 g Cukor: 15,0 g Feh: 26,2 g Só: 1,5 g Allergének:1,7,9	BrokkolikréMLEVES Leves gyöngy Sajttal töltött pulykamell Párolt rizs Mongol saláta En: 3951 kJ (944 kCal) Zsír: 49,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,4 g Cukor: 5,0 g Feh: 28,3 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7	Májgaluskaleves Parajfőzelék Főtt kemény tojás Főtt burgonya1/2 Csoki Mikulás En: 2673 kJ (638 kCal) Zsír: 26,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,2 g Cukor: 9,8 g Feh: 22,7 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,6,7,8,9	Magyaros zöldbableves Tejszínes-gombás csirkemell Tészta köret(koleszterinmentes) En: 2940 kJ (702 kCal) Zsír: 27,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 38,1 g Só: 1,5 g Allergének:1,7
Uzsonna	Vaj Félbarna kenyér Kaliforniai paprika En: 1163 kJ (278 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Házi húspástétom TK zsemle Jégcsap retek En: 1095 kJ (262 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,5 g Só: 3,5 g Allergének:1,10	Sertéspárizsi Liga Csökk. zsírtart. margarin TK zsemle En: 1214 kJ (290 kCal) Zsír: 12,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Tavaszi felvágott Delma margarin TK zsemle En: 1204 kJ (288 kCal) Zsír: 12,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Cinkli karika En: 922 kJ (220 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 1,6 g Feh: 7,2 g Só: 1,3 g Allergének:1,7

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál ,diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
Konyha vezető

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