

Étlap tervezet

2018 50. hét

2018.12.10.-2018.12.16.

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 Sajtos kifli En: 909 kJ (217 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 9,8 g Feh: 5,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Briós En: 943 kJ (225 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,0 g Cukor: 5,3 g Feh: 10,3 g Só: 0,0 g Allergének:7	Kakaó Foszlós kalács En: 1398 kJ (334 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,2 g Cukor: 10,0 g Feh: 14,0 g Só: 0,0 g Allergének:7	Zöld tea Margarin Méz Fehér formakenyér En: 1549 kJ (370 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 61,5 g Cukor: 27,1 g Feh: 4,7 g Só: 0,9 g Allergének:1	Gyümölcsös joghurt TK kifli sószegevény En: 1161 kJ (277 kCal) Zsír: 3,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 7,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Trópusi gyümölcstea Házi halpástétom TK barnakenyér sószegevény En: 1050 kJ (251 kCal) Zsír: 11,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 24,1 g Cukor: 23,0 g Feh: 2,0 g Só: 0,0 g Allergének:3,7	
Ebéd	Sertésragu leves Tejberizs Alma En: 3856 kJ (921 kCal) Zsír: 38,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 106,4 g Cukor: 22,7 g Feh: 29,6 g Só: 3,7 g Allergének:1,3,7	Csontleves Szárasztésztalevesbetét Zöldbabfőzelék Vagdalt pogácsa baromfi húsból En: 2387 kJ (570 kCal) Zsír: 22,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 32,5 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7,9	Magyaros burgonyaleves Csirkepaprikás Tésztaköret Narancs En: 3318 kJ (792 kCal) Zsír: 30,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 87,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 35,8 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Zellerkrém leves Leves gyöngy Fokhagymás sertésborda Rizi-Bizi En: 2330 kJ (556 kCal) Zsír: 27,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 24,2 g Só: 2,2 g Allergének:1,7	Zöldborsóleves Hentestokány sertéshúsból Sósburgonya En: 3193 kJ (763 kCal) Zsír: 37,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 30,9 g Só: 5,5 g Allergének:1,6,7,9	Rostos gyümölcslé Finom főzelék Csirkemell dinó En: 2052 kJ (490 kCal) Zsír: 23,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,9 g Cukor: 11,1 g Feh: 18,8 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,6,7,9,10	
Uzsonna	Kenőmájas Kaliforniai paprika TK barnakenyér sószegevény En: 355 kJ (85 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 3,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 3,9 g Só: 0,6 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Pöré hagyma Rozskenyér En: 849 kJ (203 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,3 g Só: 0,5 g Allergének:7	Marhapárizsi Margarin Kígyó uborka Négymagvas kenyér En: 1487 kJ (355 kCal) Zsír: 11,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,6 g Só: 1,1 g Allergének:1,7,11	Diákcsemege Margarin Jégcsap retek TK formakenyér En: 1670 kJ (399 kCal) Zsír: 18,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Csirkemell sonka Margarin Paradicsom Félbarna kenyér En: 1222 kJ (292 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Pizzás csiga En: 1447 kJ (346 kCal) Zsír: 14,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,1 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,6,7	

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