

Étlap tervezet

2018 51. hét

2018.12.17.-2018.12.23.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 Molnárika 50g En: 1159 kJ (277 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 3,8 g Feh: 10,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Tejszínes sajtkrém TK zsemle En: 1344 kJ (321 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,9 g Cukor: 20,0 g Feh: 5,9 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	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:1,7	Trópusi gyümölcsstea Főtt kemény tojás 1/2 Margarin TK formakenyér En: 1537 kJ (367 kCal) Zsír: 6,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,2 g Cukor: 20,0 g Feh: 6,0 g Só: 0,9 g Allergének:1,3	Tea Sárgabarack íz Margarin Fehér formakenyér En: 1496 kJ (357 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 58,2 g Cukor: 22,6 g Feh: 4,9 g Só: 0,9 g Allergének:1
Ebéd	Lebbencsleves Lencse főzelék Füstölt,főtt comb-tarja Banán En: 3520 kJ (841 kCal) Zsír: 28,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,3 g Cukor: 6,0 g Feh: 36,6 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,7	Kertész leves Milánói makaróni Reszelt sajt En: 3310 kJ (791 kCal) Zsír: 37,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 76,8 g Cukor: 1,1 g Feh: 36,2 g Só: 6,5 g Allergének:1,3,7	Daragaluska leves Székelykáposzta Narancs En: 2027 kJ (484 kCal) Zsír: 23,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 25,7 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,9	Fokhagymakrémleves Mustáros sertésborda Zöldséges rizs Saloncukor En: 3838 kJ (917 kCal) Zsír: 45,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 27,9 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,8	Csontleves Száraztészta-levesbetét Burgonyafőzelék Főtt virsli En: 2070 kJ (494 kCal) Zsír: 16,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 18,0 g Só: 1,3 g Allergének:1,3,6,7,9
Uzsonna	Soproni felvágott Margarin Kígyó uborka TK barnakenyér sószegegy En: 572 kJ (137 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 1,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,2 g Só: 0,0 g Allergének:1,6,7	Mogyorókrém Félbarna kenyér En: 1090 kJ (260 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,1 g Cukor: 9,6 g Feh: 5,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8	Nyári szalámi Margarin Kaliforniai paprika Négymagvas kenyér En: 1716 kJ (410 kCal) Zsír: 16,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,8 g Só: 2,2 g Allergének:1,6,7,10,11	Snidlinges vajkrém Zsemle En: 934 kJ (223 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Búrkifli En: 1395 kJ (333 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,9 g Cukor: 8,7 g Feh: 5,5 g Só: 0,4 g Allergének:1,8

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

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