

Étlap tervezet

2019 5. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2019.01.28.-2019.02.03.

Étlap: Kinder

2001 Hartyán konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Körözött Zöldpaprika TK formakenyér</p> <p>En: 1052 kJ (251 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,4 g Cukor: 10,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,4 g Allergének:1,7</p>	<p>Tej 1/5 % Csokis gabonagolyó</p> <p>En: 469 kJ (112 kCal) Zsír: 3,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 13,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,1 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,6,7,8,11</p>	<p>Karamellás tej Foszlóskalács</p> <p>En: 1209 kJ (289 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 11,8 g Feh: 11,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,7</p>	<p>TEJ 1,5 Mogyorókrém Forma fehér kenyér</p> <p>En: 1399 kJ (334 kCal) Zsír: 11,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,2 g Cukor: 12,0 g Feh: 11,4 g Só: 0,6 g Allergének:1,5,6,7,8</p>	<p>Tea/Tej 1,5% Kenőmájás Forma fehér kenyér</p> <p>En: 1018 kJ (243 kCal) Zsír: 8,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,7 g Cukor: 2,0 g Feh: 10,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7</p>
Ebéd	<p>Sertésraguleves Tejbenrizs kakaószórással Alma Kenyér E</p> <p>En: 3434 kJ (820 kCal) Zsír: 16,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 128,0 g Cukor: 20,0 g Feh: 34,9 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Csontleves finommetélttel Tökfőzelék Sertéspörkölt feltét Kenyér E</p> <p>En: 3949 kJ (943 kCal) Zsír: 46,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,8 g Cukor: 6,0 g Feh: 32,6 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Sárgaborsópüré leves Vadas pulykatokány Főtt tészta /koleszterin ment</p> <p>En: 3595 kJ (859 kCal) Zsír: 17,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 116,3 g Cukor: 1,0 g Feh: 48,6 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7,9,10</p>	<p>Zöldbableves Serpényös burgonya gazdagon Csemege uborka Kenyér E</p> <p>En: 3280 kJ (784 kCal) Zsír: 30,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,8 g Cukor: 1,0 g Feh: 25,8 g Só: 3,1 g Allergének:1,3,6,7</p>	<p>Paradicsomleves betűtésztaival Rántott csirkemellfilé Kukoricás rizs Káposzta saláta</p> <p>En: 3727 kJ (890 kCal) Zsír: 26,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 124,2 g Cukor: 4,0 g Feh: 38,5 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,9,11</p>
Uzsonna	<p>Gépsonka Ráma margarin Szezámagos zsemle</p> <p>En: 1215 kJ (290 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,7 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7,11</p>	<p>Tejszínes sajtkrém Jégcsap retek Rozsos zsemle</p> <p>En: 1024 kJ (245 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,1 g Só: 1,3 g Allergének:1,7</p>	<p>Olasz felvágott Liga margarin Kígyó uborka Teljes kiörlésű zsemle</p> <p>En: 1188 kJ (284 kCal) Zsír: 12,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,9 g Cukor: 0,2 g Feh: 9,3 g Só: 1,7 g Allergének:1,6</p>	<p>Lapka sajt Delma margarin TK zsemle Narancs</p> <p>En: 1392 kJ (333 kCal) Zsír: 10,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,4 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>Gyümölcsös joghurt 125g Vajas kifli TK.</p> <p>En: 868 kJ (207 kCal) Zsír: 1,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,7 g Só: 0,5 g Allergének:7</p>

Ez az étlap nem biztosítja a Diétás étrendet!! Normál,diétás étlap elérhető::imfk.bp13hu

Az étlap változásért elnézés kérünk!Jó étvágyat kívánunk!

Willbrandtné Molnár Anna üzletvezető
Ájpli János konyhafőnök

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.-szezámag 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