

# Étlap tervezet

2019. 6. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2019.02.04.-2019.02.10.

Étlap: Kinder

2001 Hartyán konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej 1/5 % Sajtos buci  En: 982 kJ ( 235 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 1,2 g Feh: 10,8 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Tejeskávé Vajas kifli  En: 1304 kJ ( 311 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,6 g Cukor: 11,6 g Feh: 11,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Zöld tea Makrélás halpástétom Teljes kiörlésű kenyér  En: 1129 kJ ( 270 kCal) Zsír: 8,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,1 g Cukor: 10,2 g Feh: 7,2 g Só: 1,2 g Allergének:1,3,4,6,7,8,9	Tej 1/5 % Kakaós kalács  En: 1039 kJ ( 248 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,6 g Cukor: 3,1 g Feh: 10,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Tej 1/5 % Főtt tojás karika Multivitaminos delma Póréhagyma Teljes kiörlésű kenyér  En: 1275 kJ ( 305 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 12,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,7
Ebéd	Húsgaluskafeles Mákos metélt Alma  En: 3497 kJ ( 835 kCal) Zsír: 26,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 118,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 27,6 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,5,8,9,11	Brokkolikrémléves levesgyöngy Paradicsomos burgonya Vagdalt sertés Kenyer E  En: 3196 kJ ( 763 kCal) Zsír: 32,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,6 g Cukor: 2,5 g Feh: 26,9 g Só: 2,8 g Allergének:1,3,7,9,11	Tavaszi zöldségfeles Csirkemell Sztroganoff módra Párolt rizs Narancs  En: 3217 kJ ( 768 kCal) Zsír: 16,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 113,2 g Cukor: 0,2 g Feh: 37,6 g Só: 2,4 g Allergének:1,3,7,9	Magyaros burgonyafeles Székelykáposzta Nápolyi Kenyer forma  En: 3230 kJ ( 771 kCal) Zsír: 36,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,3 g Cukor: 5,0 g Feh: 30,7 g Só: 2,8 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9	Karfiolleves Bácskai rizshús /sertés/ Céklasaláta  En: 3627 kJ ( 866 kCal) Zsír: 29,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,9 g Cukor: 10,0 g Feh: 34,1 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7
Uzsonna	Tejszínes vajkrém Kígyóborka Teljes kiörlésű zsemle  En: 1099 kJ ( 263 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gépsonka Delma margarin Jégcsap retek TK formakenyer  En: 1147 kJ ( 274 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 13,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7	Trapista sajtszelet Liga Csökk. zsirtart. margarin Szezámagos zsemle  En: 1363 kJ ( 326 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,0 g Só: 1,4 g Allergének:1,7,11	Baromfipárizsi Pritamin paprika Delma margarin TK zsemle  En: 1270 kJ ( 303 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,2 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Túrós batyu 1db/fő  En: 989 kJ ( 236 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,8 g Cukor: 8,4 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7

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