

Étlap tervezet

2019 7. hét

2019.02.11.-2019.02.17.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej 1/5 % Sajtos kifli En: 1159 kJ (277 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,5 g Cukor: 0,8 g Feh: 12,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Kakaó Fonott kismákos En: 1404 kJ (335 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,4 g Cukor: 10,8 g Feh: 13,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,5,6,7,8,13	Tej 1/5 % Molnárika En: 1249 kJ (298 kCal) Zsír: 8,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,1 g Cukor: 3,5 g Feh: 12,7 g Só: 0,0 g Allergének:,7	Vadmálnás tea Kenőmájas Zöldpaprika TK formakenyér En: 1215 kJ (290 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,7 g Cukor: 10,0 g Feh: 9,1 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	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
Ebéd	Alföldi gulyásleves sertés Turós csusza Kenyér E En: 3826 kJ (914 kCal) Zsír: 29,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 113,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 41,1 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,9	Tárkonyos zöldségleves Sárgaborsó főzelék* Bélszínroló /marhahús/ Narancs En: 2996 kJ (716 kCal) Zsír: 25,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 32,9 g Só: 5,8 g Allergének:1,3,6,7,9	CukkinikréMLEVES zsemlekockával Kinai édes savanyú csirkemell Párolt rizs En: 3863 kJ (923 kCal) Zsír: 22,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 119,9 g Cukor: 12,2 g Feh: 32,5 g Só: 3,0 g Allergének:1,5,6,7,8,9	Erőleves csigatésztával Parajfőzelék Főtt kemény tojás Főtt burgonya 1/2adag Túró Rudi 1db/fő En: 2489 kJ (594 kCal) Zsír: 19,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 72,5 g Cukor: 9,0 g Feh: 20,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,7,9	Gombaleves Tonhalrudak rántva Párolt rizs Tartármártás En: 3905 kJ (933 kCal) Zsír: 38,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,1 g Cukor: 1,0 g Feh: 27,7 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,4,7,10
Uzsonna	Csirkemell sonka Ráma margarin Kígyóuborka TK zsemle En: 1200 kJ (287 kCal) Zsír: 11,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,9 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,8 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Zalai felvágott Liga Csökk. zsírtart. margarin Teljes kiörlésű zsemle En: 1314 kJ (314 kCal) Zsír: 15,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,9 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Magyaros vajkrém Kápia paprika Teljes kiörlésű zsemle En: 1072 kJ (256 kCal) Zsír: 10,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Sajtos papucs En: 1324 kJ (316 kCal) Zsír: 23,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 14,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,9 g Só: 11,7 g Allergének:1,7,10	Kocka sajt Vajas kifli TK. Alma En: 814 kJ (195 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,7 g Só: 1,0 g Allergének:,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.-Rákók 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