

Étlap tervezet

2019 10. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2019.03.04.-2019.03.10.

Étlap: Kinder

2001 Hartyán konyha

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	Zöld tea Libamájás pástétom Teljes kiörlésű kenyér En: 961 kJ (230 kCal) Zsír: 4,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,3 g Cukor: 10,0 g Feh: 6,7 g Só: 0,8 g Allergének:1	Kakaó Briós En: 1151 kJ (275 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,5 g Cukor: 15,1 g Feh: 11,1 g Só: 0,0 g Allergének:1,7	Vadmálnás tea Tejszínes sajtkrém Kígyó uborka Teljes kiörlésű kenyér En: 1110 kJ (265 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,4 g Cukor: 10,0 g Feh: 5,4 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Tej 1/5 % Szamóca lekvár Ráma margarin Teljes kiörlésű kenyér En: 1555 kJ (372 kCal) Zsír: 14,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,0 g Cukor: 10,0 g Feh: 11,0 g Só: 1,5 g Allergének:1,7
Ebéd	Fejtettbab leves Bolognai spagetti Sajt szórás En: 3760 kJ (898 kCal) Zsír: 34,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 78,7 g Cukor: 2,8 g Feh: 46,2 g Só: 3,2 g Allergének:1,3,6,7,9	Csontleves eperlevéllel Meggymártás Párolt csirkemellfilé Főtt burgonya 1/2adag En: 2568 kJ (613 kCal) Zsír: 14,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 77,9 g Cukor: 19,4 g Feh: 35,9 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,9	Gombakrémleves levesgyögygye Csirkecombrizottó Vitamin saláta En: 3317 kJ (792 kCal) Zsír: 20,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 42,2 g Só: 2,0 g Allergének:1,7	Tarhonyaleves Tökfőzelék Sertéspörkölt feltét Narancs Kenyér E En: 4153 kJ (992 kCal) Zsír: 46,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,3 g Cukor: 6,0 g Feh: 31,9 g Só: 2,9 g Allergének:1,3,7	Brokkolis zöldségleves Vasi sertésborda Párolt rizs Céklasaláta En: 3132 kJ (748 kCal) Zsír: 18,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 107,9 g Cukor: 5,0 g Feh: 35,1 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna	Csirkemell sonka Ráma margarin Kígyó uborka Teljes kiörlésű zsemle En: 1149 kJ (274 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,6 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Edami sajt szelet Delma margarin Pritamin paprika Zsemle En: 1058 kJ (253 kCal) Zsír: 9,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,2 g Só: 1,2 g Allergének:1,7	Sertéspárizsi Delma multivitamin margarin 40 Jégcsap retek Teljes kiörlésű kenyér En: 1051 kJ (251 kCal) Zsír: 11,8 g T.Zsír: 1,3 g Szh: 28,2 g Cukor: 0,2 g Feh: 7,2 g Só: 1,2 g Allergének:1,6,7	Csemege téli szalámi Liga margarin Szezámagos zsemle En: 1175 kJ (281 kCal) Zsír: 12,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,6 g Só: 1,5 g Allergének:1,7,11	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