

Étlap tervezet

2019.12. hét

2019.03.18.-2019.03.24.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|---|---|---|--|---|
| Tízórai | <p>Trópusi gyümölcs tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 909 kJ (217 kCal) Zsír: 2,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,0 g Cukor: 10,0 g Feh: 6,9 g Só: 1,3 g Allergének:1,7</p> | <p>TEJ 1,5 Kakaós kalács</p> <p>En: 1044 kJ (249 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,9 g Cukor: 3,1 g Feh: 10,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,7</p> | <p>Citromos tea Zalai felvágott Delma margarin Kígyó uborka Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 1126 kJ (269 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,2 g Cukor: 10,0 g Feh: 7,7 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7</p> | <p>Karamellás tej Briós</p> <p>En: 1052 kJ (251 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,0 g Cukor: 13,1 g Feh: 10,2 g Só: 0,0 g Allergének:7</p> | <p>Tej 1/5 % Krémsajt Jégcsapretek Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 1493 kJ (357 kCal) Zsír: 14,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 17,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p> |
| Ebéd | <p>Tavaszi zöldborsóleves Tonhalas penne Sajt szórás</p> <p>En: 3729 kJ (891 kCal) Zsír: 29,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,0 g Cukor: 4,9 g Feh: 41,5 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,4,7,9</p> | <p>Házias gombóclevés Zöldbabfőzelék Lecsós virsli Túró Rudi 1db/fő Kenyer E</p> <p>En: 3904 kJ (932 kCal) Zsír: 49,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,9 g Cukor: 11,1 g Feh: 26,6 g Só: 3,7 g Allergének:1,3,6,7,9</p> | <p>Hamis gulyásleves Csirkemellcsíkok sajtmártással Párolt rizs</p> <p>En: 3324 kJ (794 kCal) Zsír: 28,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 37,3 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,9</p> | <p>Erőleves csigatésztaival Sóska mártás Főtt tojás Főtt burgonya 1/2adag Mandarin</p> <p>En: 2272 kJ (543 kCal) Zsír: 15,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,3 g Cukor: 5,0 g Feh: 17,1 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,9</p> | <p>Bazsalikomos paradicsomleves Sajttal töltött pulykamell Mexikói rizs Vitamin saláta</p> <p>En: 4084 kJ (975 kCal) Zsír: 44,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 118,2 g Cukor: 4,0 g Feh: 34,5 g Só: 3,5 g Allergének:1,3,7,9</p> |
| Uzsonna | <p>Paprikás szalámi Ráma margarin Kígyó uborka Zsemle</p> <p>En: 1808 kJ (432 kCal) Zsír: 27,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,5 g Só: 3,2 g Allergének:1,6,7</p> | <p>Lapka sajt Multivitaminos delma Pritamin paprika Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p>En: 1081 kJ (258 kCal) Zsír: 10,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,7 g Só: 0,8 g Allergének:1</p> | <p>Gyümölcsös ivóyoghurt Vajas kifli</p> <p>En: 1194 kJ (285 kCal) Zsír: 3,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,2 g Cukor: 1,6 g Feh: 7,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p> | <p>Csirkemell sonka Liga margarin Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p>En: 898 kJ (215 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7</p> | <p>Búrkifli mákos</p> <p>En: 1296 kJ (309 kCal) Zsír: 14,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,0 g Cukor: 8,0 g Feh: 5,4 g Só: 0,4 g Allergének:1,8</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.-Rákóc 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