

Étlap tervezet

2019.13. hét

2019.03.25.-2019.03.31.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej 1/5 % Mogyorókrém Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1519 kJ (363 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 12,1 g Feh: 12,5 g Só: 0,8 g Allergének:1,5,6,7,8</p>	<p>Zöld tea Kenőmájas Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1097 kJ (262 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,2 g Cukor: 10,0 g Feh: 8,0 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Kakaó Panini</p> <p>En: 1353 kJ (323 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,7 g Cukor: 11,6 g Feh: 12,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Tej 1/5 % Fonott kismákos</p> <p>En: 1130 kJ (270 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,9 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,6 g Só: 0,8 g Allergének:1,3,5,6,7,8,13</p>	<p>Citromos tea Zalai felvágott Ráma margarin Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 1353 kJ (323 kCal) Zsír: 15,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,4 g Cukor: 10,0 g Feh: 7,2 g Só: 1,9 g Allergének:1,6,7</p>
Ebéd	<p>Kertészleves Burgonyafőzelék Sertéspörkölt feltét Kenyer E</p> <p>En: 3074 kJ (734 kCal) Zsír: 27,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 80,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 30,3 g Só: 2,7 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Lencseleves kolbásszal Tejbenrizs kakaószórással Alma Kenyer E</p> <p>En: 4463 kJ (1066 kCal) Zsír: 24,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 160,2 g Cukor: 20,5 g Feh: 42,4 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,6,7,9,10</p>	<p>Csurgatott tojásleves Eszterházi pulykaragu Főtt tészta /koleszterin ment</p> <p>En: 3270 kJ (781 kCal) Zsír: 29,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 80,2 g Cukor: 2,0 g Feh: 35,1 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7,9,10</p>	<p>Csontleves finommetélttel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya 1/2adag Narancs</p> <p>En: 3304 kJ (789 kCal) Zsír: 24,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,5 g Cukor: 2,0 g Feh: 28,2 g Só: 1,2 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Gyümölcsleves Szerb rizseshús Vitamin saláta</p> <p>En: 3445 kJ (823 kCal) Zsír: 24,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,3 g Cukor: 5,0 g Feh: 29,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>
Uzsonna	<p>Baromfipárizsi Ráma margarin Kígyó uborka Szezámagos zsemle</p> <p>En: 1462 kJ (349 kCal) Zsír: 19,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7,11</p>	<p>Tejszínes krémsajt Jégcsapretek Rozsos zsemle</p> <p>En: 943 kJ (225 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,3 g Só: 1,2 g Allergének:1,7</p>	<p>Csemege téli szalámi Liga Csökk. zsirtart. margarin Pritamin paprika Zsemle</p> <p>En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 15,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,7 g Só: 1,5 g Allergének:1,7</p>	<p>Körözött Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 944 kJ (225 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Kefir Vajas kifli</p> <p>En: 1092 kJ (261 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,0 g Cukor: 1,6 g Feh: 9,0 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</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