

Étlap tervezet

2019 15. hét

2019.04.08.-2019.04.14.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Trópusi gyümölcsstea Tejszínes vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér En: 1235 kJ (295 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,3 g Cukor: 10,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Tejeskávé Panini En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Sárgabarack lekvár Teljes kiőrlésű kenyér En: 1179 kJ (282 kCal) Zsír: 3,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,2 g Cukor: 10,9 g Feh: 10,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Kakaó Sajtos buci En: 1216 kJ (290 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,5 g Cukor: 11,2 g Feh: 11,7 g Só: 0,5 g Allergének:1,7	Zöld tea Libamájás pástétom Zöldpaprika Teljes kiőrlésű kenyér En: 977 kJ (233 kCal) Zsír: 4,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,9 g Cukor: 10,0 g Feh: 6,9 g Só: 0,8 g Allergének:1
Ebéd	Húsgaluskaleves Sajtos spagetti En: 2910 kJ (695 kCal) Zsír: 32,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 63,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 31,7 g Só: 3,2 g Allergének:1,3,7,9	Tavaszi zöldborsóleves Paradicsomos burgonya Vagdalt sertés Narancs Tk. Kenyér Ebéd En: 3210 kJ (767 kCal) Zsír: 25,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,4 g Cukor: 2,1 g Feh: 28,6 g Só: 2,8 g Allergének:1,3,7,9,11	Brokkolikrémleves levesgyöngy Kinai édes savanyú csirkemell Párolt rizs En: 3872 kJ (925 kCal) Zsír: 22,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 120,2 g Cukor: 11,1 g Feh: 32,4 g Só: 2,6 g Allergének:1,5,6,7,8	Zelleres burgonyaleves Székelykáposzta Gyümölcsös müzli szelet Tk. Kenyér Ebéd En: 3136 kJ (749 kCal) Zsír: 36,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 69,6 g Cukor: 6,8 g Feh: 26,9 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9,11,12	Karfiolleves Gyros fűszeres csirkecomb csík Párolt rizs Vitamin saláta En: 3197 kJ (764 kCal) Zsír: 25,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 91,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 37,7 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7
Uzsonna	Baromfipárizsi Ráma margarin Kígyóuborka Zsemle En: 1376 kJ (329 kCal) Zsír: 18,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,1 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Lapka sajt Delma margarin Szezámagos zsemle En: 1135 kJ (271 kCal) Zsír: 11,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,4 g Só: 0,8 g Allergének:1,11	Gépsonka Liga margarin Kápia paprika Zsemle En: 990 kJ (237 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,5 g Só: 1,1 g Allergének:1,6,7	Paprikás szalámi Ráma margarin Kígyó uborka Zsemle 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	Fahéjas csiga En: 1649 kJ (394 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,7 g Cukor: 25,0 g Feh: 7,2 g Só: 0,6 g Allergének:1

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