

Étlap tervezet

2019 18. hét

2019.04.29.-2019.05.05.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2002 Karikás konyha

Étlap: Kinder I

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Fokhagymás csirkemell Kaliforniai paprika Félbarna kenyér</p> <p>En: 1888 kJ (451 kCal) Zsír: 16,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,8 g Cukor: 9,0 g Feh: 25,5 g Só: 1,0 g Allergének:1,9</p>	<p>Trópusi gyümölcsstea Gépsonka Margarin Zöldpaprika TK formakenyér</p> <p>En: 1671 kJ (399 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 20,0 g Feh: 13,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7</p>		<p>TEJ 1,5 Rozsos bagett</p> <p>En: 1244 kJ (297 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,9 g Cukor: 0,9 g Feh: 13,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Zöld tea Körözött Zöldpaprika TK zsemle</p> <p>En: 1146 kJ (274 kCal) Zsír: 2,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,1 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,7</p>
Ebéd	<p>Palócleves marhahúsból Mákos metélt Narancs</p> <p>En: 3842 kJ (918 kCal) Zsír: 33,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 115,4 g Cukor: 20,0 g Feh: 32,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,5,7,8,9,11</p>	<p>Csontleves Paradicsomos sertés húsgombóc Nápolyi Főtt burgonya1/2</p> <p>En: 3116 kJ (744 kCal) Zsír: 30,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,7 g Cukor: 20,0 g Feh: 27,3 g Só: 1,6 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9</p>		<p>Kertész leves Sertéspaprikás Tésztaköret</p> <p>En: 3654 kJ (873 kCal) Zsír: 46,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,4 g Cukor: 1,1 g Feh: 44,0 g Só: 15,4 g Allergének:1,7,9</p>	<p>Karfiollevés (tejfölös) Lecsős csirkemellfilé Bulgur</p> <p>En: 3713 kJ (887 kCal) Zsír: 45,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,8 g Cukor: 2,5 g Feh: 35,9 g Só: 4,3 g Allergének:1,7</p>
Uzsonna	<p>Trappista sajt Margarin TK zsemle</p> <p>En: 2007 kJ (479 kCal) Zsír: 22,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 21,6 g Só: 2,4 g Allergének:1,7</p>	<p>Sajtos rúd</p> <p>En: 1078 kJ (257 kCal) Zsír: 17,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 19,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,1 g Só: 1,1 g Allergének:1,3,7</p>		<p>Zalai felvágott Margarin Jégcsap retek TK formakenyér</p> <p>En: 1452 kJ (347 kCal) Zsír: 13,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Lekváros bukta</p> <p>En: 1074 kJ (257 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 18,9 g Feh: 4,2 g Só: 0,0 g Allergének:1,3,5,6,7,8,11</p>

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet! Normál, diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu

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.-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