



KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2000 Bemutató példány

Étlap tervezet
2018 42. hét
2018.10.15.-2018.10.21.

Étlap: D+M
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcsstea Krémsajt TK zsemle En: 1459 kJ (349 kCal) Zsír: 11,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,9 g Cukor: 15,0 g Feh: 11,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Kakaó Panini En: 1394 kJ (333 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 11,6 g Feh: 12,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Citromos tea Libazsír Hagymás kenyér En: 1685 kJ (402 kCal) Zsír: 21,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,7 g Cukor: 9,5 g Feh: 5,5 g Só: 1,0 g Allergének:1	TEJ 1,5 Foszlóskalács En: 997 kJ (238 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 2,9 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Vadmálnás tea Sertéspárizsi Liga Csökk. zsírtart. margarin TK zsemle En: 1466 kJ (350 kCal) Zsír: 12,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,1 g Cukor: 15,1 g Feh: 7,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7
Ébéd	Zöldségleves Szárastészta-levesbetét Sárgaborsó főzelék Sült kolbász (Debreceni) Alma En: 3529 kJ (843 kCal) Zsír: 38,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 36,5 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,6,9	Hamis gulyásleves Frankfurti szárnyasragu Tésztaköret(koleszterinmentes) En: 3812 kJ (910 kCal) Zsír: 42,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 34,0 g Só: 2,9 g Allergének:1,6,7,9	Májgaluskaleves Székelykáposzta TK formakenyér Nápolyi En: 3052 kJ (729 kCal) Zsír: 33,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,5 g Cukor: 5,1 g Feh: 33,5 g Só: 3,3 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9	Karfiol krémleves Leves gyöngy Mexikói szárnyasragu Párolt rizs En: 3313 kJ (791 kCal) Zsír: 26,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 100,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 32,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	Alma leves Panírozott csirkemellfilé süttö Petrezselymes burgonya Káposzta saláta En: 2076 kJ (496 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,0 g Cukor: 11,0 g Feh: 28,2 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7
Uzsonna	Delma multivitamin margarin 40 Kígyó uborka Graham kenyér En: 989 kJ (236 kCal) Zsír: 8,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,6 g Só: 0,1 g Allergének:1	Vaj TK formakenyér Zöldpaprika En: 1160 kJ (277 kCal) Zsír: 12,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Zalai felvágott Liga Csökk. zsírtart. margarin Vizes zsemle Kígyó uborka En: 1395 kJ (333 kCal) Zsír: 15,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,7 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt Sárgarépa hasáb TK kifli sószegevény En: 974 kJ (233 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 8,0 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Lekváros bukta En: 1074 kJ (257 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,2 g Cukor: 4,2 g Feh: 4,5 g Só: 0,4 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

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

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

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, magyorkák 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