

Étlap tervezet

2018 51. hét

2018.12.17.-2018.12.23.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 Sajtos kifli En: 1261 kJ (301 kCal) Zsír: 7,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 14,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Olasz felvágott Liga Csökk. zsírtart. margarin Jégcsap retek TK zsemle En: 1693 kJ (404 kCal) Zsír: 16,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,6 g Cukor: 15,2 g Feh: 10,0 g Só: 1,8 g Allergének:1,6	Kakaó Foszlóskalács En: 1271 kJ (304 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,5 g Cukor: 12,8 g Feh: 12,0 g Só: 0,3 g Allergének:1,7	Gyümölcsstea Mogyorókrém Fehér formakenyér En: 1377 kJ (329 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 59,5 g Cukor: 24,6 g Feh: 6,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,5,6,7,8	Citromos tea Delma margarin Lapka sajt Graham kenyér En: 1359 kJ (325 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 11,8 g Só: 0,1 g Allergének:1
Ébéd	Lebbencsleves Sárgaborsó főzelék Füstölt comb szelet Szezonális gyümölcs En: 2586 kJ (618 kCal) Zsír: 22,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 72,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 30,4 g Só: 2,8 g Allergének:1,3,9	Kertészleves Milánóimakaróni durumtésztából En: 2884 kJ (689 kCal) Zsír: 25,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 77,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 36,5 g Só: 1,9 g Allergének:1,7,9	Daragaluska-leves Székelykáposzta Szezonális gyümölcs En: 2265 kJ (541 kCal) Zsír: 32,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 24,0 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7,9	BrokkolikréMLEVES Leves gyöngy Bugaci aprópecsenye Bulgur Szaloncukor En: 3891 kJ (929 kCal) Zsír: 34,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 109,7 g Cukor: 5,7 g Feh: 41,5 g Só: 1,9 g Allergének:1,6,7,8,9	Csontleves Szárastészta-levesbetét Panírozott hal-rúd sütőben Párolt rizs Céklasaláta En: 3103 kJ (741 kCal) Zsír: 20,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 112,3 g Cukor: 8,0 g Feh: 24,2 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,4,7,9
Uzsonna	Csirkemell sonka Ráma margarin Kígyó uborka TK formakenyér En: 1222 kJ (292 kCal) Zsír: 11,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,9 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Tejszínes sajtkrém Fehér formakenyér En: 994 kJ (238 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,5 g Só: 1,3 g Allergének:1,7	Turistaszalámi Liga Csökk. zsírtart. margarin Kígyó uborka TK zsemle En: 1507 kJ (360 kCal) Zsír: 18,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,8 g Só: 1,9 g Allergének:1,6,7	Baromfipárizsi Liga Csökk. zsírtart. margarin Kaliforniai paprika TK zsemle En: 1448 kJ (346 kCal) Zsír: 16,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 8,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Búrkifli diós En: 1395 kJ (333 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,9 g Cukor: 8,7 g Feh: 5,5 g Só: 0,4 g Allergének:1,8

Jó étvágyat kívánunk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

Normál.diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu

Tar József üv.Tsz:0613592711.

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

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