

Étlap tervezet

2019 2. hét

2019.01.07.-2019.01.13.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2003 Vizafogó konyha

Étlap: Kinder

Korcsoport: 4-6 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Krémsajt TK zsemle En: 1191 kJ (284 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,5 g Cukor: 7,0 g Feh: 10,1 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Márványstangli En: 1227 kJ (293 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,5 g Cukor: 4,0 g Feh: 11,6 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	Gyümölcsös yoghurt 125g Kifli sószegegy En: 978 kJ (234 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,4 g Cukor: 0,6 g Feh: 6,7 g Só: 0,6 g Allergének:1,7	Karamellás tej Molnárka En: 1310 kJ (313 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,6 g Cukor: 12,8 g Feh: 10,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	Gyümölcstea Tojáskrémm Jégcsap retek Graham kenyér En: 975 kJ (233 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,4 g Cukor: 9,0 g Feh: 6,4 g Só: 0,6 g Allergének:1,3,10
Ebéd	Tojásleves Tavaszi húsos bulgur Szezonális gyümölcs En: 1364 kJ (326 kCal) Zsír: 17,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 15,8 g Só: 0,5 g Allergének:1,3,9	Zöldségleves Burgonyafőzelék Virsli TK formakenyér En: 2131 kJ (509 kCal) Zsír: 19,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 58,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 17,4 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7,9	Paradicsom leves Rántott csirkemellfilé Párolt rizs Szezonális gyümölcs En: 2955 kJ (706 kCal) Zsír: 17,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,5 g Cukor: 4,0 g Feh: 28,1 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,7,9,11	Csontleves Pulykapörkölt Tésztaköret Csemege uborka En: 1612 kJ (385 kCal) Zsír: 12,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,4 g Cukor: 0,7 g Feh: 23,3 g Só: 1,0 g Allergének:1,9	Kassai burgonyaleves FS húsból Tejberizs kakaósórással En: 2087 kJ (498 kCal) Zsír: 17,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 64,9 g Cukor: 15,0 g Feh: 15,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,7,9
Uzsonna	Joghurtos delma Kígyó uborka Graham kenyér En: 844 kJ (202 kCal) Zsír: 0,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,4 g Só: 0,1 g Allergének:1,7	Ráma margarin Mozaik felvágott (baromfi) Kápia paprika Vizes zsemle En: 1175 kJ (281 kCal) Zsír: 11,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7	Tavaszi felvágott Liga Csökk. zsírtart. margarin TK formakenyér En: 657 kJ (157 kCal) Zsír: 7,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 16,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Zalai felvágott Delma margarin Lilahagyma TK formakenyér En: 734 kJ (175 kCal) Zsír: 8,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 18,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7	Túrós batyu En: 989 kJ (236 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,8 g Cukor: 8,4 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7

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.-Rák 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