

Étlap tervezet

2019 3. hét

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2019.01.14.-2019.01.20.

Étlap: Kinder

2001 Hartyán konyha

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Kenőmájas TK formakenyér</p> <p>En: 1150 kJ (275 kCal) Zsír: 7,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,2 g Cukor: 9,1 g Feh: 9,0 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7</p>	<p>TEJ 1,5 Molnárka 50g</p> <p>En: 1159 kJ (277 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 3,8 g Feh: 10,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7</p>	<p>TEJ 1,5 Szamóca lekvár TK formakenyér</p> <p>En: 1268 kJ (303 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,3 g Cukor: 10,1 g Feh: 11,7 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Tejeskávé Sajtosbuci</p> <p>En: 1183 kJ (283 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,8 g Cukor: 11,2 g Feh: 11,9 g Só: 0,5 g Allergének:1,7</p>	<p>TEJ 1,5 Kakaós kalács</p> <p>En: 1039 kJ (248 kCal) Zsír: 6,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,6 g Cukor: 3,1 g Feh: 10,6 g Só: 0,3 g Allergének:1,7</p>
Ebéd	<p>Palócgulyás /sert./ Sajtos spagetti Narancs</p> <p>En: 3460 kJ (826 kCal) Zsír: 25,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 40,3 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Kertészleves Lencse főzelék Csemege sertésborda Alma</p> <p>En: 3299 kJ (788 kCal) Zsír: 32,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,8 g Cukor: 6,0 g Feh: 44,2 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,7,9,10</p>	<p>Gombaleves Dunai csirkeragu Párolt rizs</p> <p>En: 3398 kJ (812 kCal) Zsír: 21,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 104,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 42,1 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Házias gombóclevés Paradicsomos káposzta Vagdalt pogácsa sertéshúsból Mandarin</p> <p>En: 3328 kJ (795 kCal) Zsír: 31,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,5 g Cukor: 3,0 g Feh: 28,2 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,7,9,11</p>	<p>Csontleves finommetélttel BBQ csirkecomb Vajas burgonya Vitamin saláta</p> <p>En: 4033 kJ (963 kCal) Zsír: 39,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,3 g Cukor: 13,0 g Feh: 35,6 g Só: 3,6 g Allergének:1,3,7,9,10</p>
Uzsonna	<p>Vajkrém Kígyó uborka Szezámagos zsemle</p> <p>En: 1020 kJ (244 kCal) Zsír: 10,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,9 g Só: 0,8 g Allergének:1,7,11</p>	<p>Sertéspárizsi Delma light margarin Pritaminpaprika TK formakenyér</p> <p>En: 1032 kJ (247 kCal) Zsír: 8,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,1 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Trappista sajt Liga Csökk. zsírtart. margarin Kígyó uborka Zsemle</p> <p>En: 1296 kJ (310 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,1 g Só: 1,3 g Allergének:,7</p>	<p>Gépsonka Zöldpaprika Delma margarin TK formakenyér</p> <p>En: 1156 kJ (276 kCal) Zsír: 9,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 13,4 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Gyümölcsös joghurt 125g Vajas kifli TK.</p> <p>En: 868 kJ (207 kCal) Zsír: 1,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,7 g Só: 0,5 g Allergének:,7</p>

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