



KINDER F és K Vendéglátó Kft.  
2000 Bemutató példány

**Étlap tervezet**  
2017 21. hét  
2017.05.22.-2017.05.28.

Étlap: D+M  
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 Vajás kifli  En: 1120 kJ ( 267 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,2 g Cukor: 1,6 g Feh: 11,1 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Citromos tea Delma multivitamin margarin 40 Félbarna kenyér  En: 1020 kJ ( 244 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,8 g Cukor: 9,0 g Feh: 4,5 g Só: 0,9 g Allergének:1	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 Sárgabarack lekvár Vaj Félbarna kenyér  En: 1634 kJ ( 390 kCal) Zsír: 12,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 63,1 g Cukor: 28,6 g Feh: 4,6 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 Liga Csökk. zsirtart. margarin Rozsos bagett  En: 1487 kJ ( 355 kCal) Zsír: 13,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,4 g Cukor: 0,9 g Feh: 11,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,7
Ébéd	Gulyásleves pulykahúsból Tejbedara kakaós barnacukorra Félbarna kenyér Alma  En: 3814 kJ ( 911 kCal) Zsír: 21,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 138,2 g Cukor: 29,7 g Feh: 32,4 g Só: 2,0 g Allergének:1,7,9	Csontleves Száraltészta-levesbetét Finomfőzelék Baromfi virsli /feltét/ Müzliszelet  En: 2486 kJ ( 594 kCal) Zsír: 27,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 61,6 g Cukor: 6,8 g Feh: 26,0 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,5,6,7,8,9,11,12	Zöldborsóleves Milánói makaróni  En: 3320 kJ ( 793 kCal) Zsír: 32,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 39,4 g Só: 1,9 g Allergének:1,3,7,9	Karfiolleves (tejfölös) Grillfűszeres csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Almakompót  En: 2928 kJ ( 699 kCal) Zsír: 23,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 83,2 g Cukor: 14,6 g Feh: 30,9 g Só: 1,2 g Allergének:1,7,9,10	Cukkinikrémeleves Leves gyöngy Tavaszirizses- sertéshús Káposzta saláta  En: 2870 kJ ( 686 kCal) Zsír: 29,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 72,0 g Cukor: 1,0 g Feh: 28,4 g Só: 1,2 g Allergének:1,7
Uzsonna	Baromfipárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin Zöldpaprika TK zsemle  En: 1424 kJ ( 340 kCal) Zsír: 16,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 9,1 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	Kocka sajt TK kifli sószegény Sárgarépa hasáb  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	Száraz kolbász Liga Csökk. zsirtart. margarin Kígyó uborka TK formakenyér  En: 1032 kJ ( 247 kCal) Zsír: 8,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,4 g Só: 0,9 g Allergének:1	Joghurtos Delma TK zsemle Paradicsom  En: 1083 kJ ( 259 kCal) Zsír: 0,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	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!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Konyha vezető  
Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!

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