



KINDER F és K Vendéglátó Kft.  
2000 Bemutató példány

**Étlap tervezet**  
2017 22. hét  
2017.05.29.-2017.06.04.

Étlap: D+M  
Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	tej1,5% Briós  En: 1129 kJ ( 270 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,6 g Cukor: 7,3 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,7	Trópusi gyümölcs tea Nádudvari snidlinges sajt-kém TK zsemle  En: 1254 kJ ( 299 kCal) Zsír: 4,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,3 g Cukor: 20,0 g Feh: 8,8 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 Körözött TK zsemle  En: 984 kJ ( 235 kCal) Zsír: 2,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,3 g Cukor: 9,1 g Feh: 8,0 g Só: 1,4 g Allergének:1,7	TEJ 1,5 TK kifli sószegegy  En: 1087 kJ ( 260 kCal) Zsír: 4,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,4 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7
Ébéd	Tojásleves Szárnyasragu Budapest módra Főtt burgonya Vitamin saláta  En: 2485 kJ ( 593 kCal) Zsír: 22,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,2 g Cukor: 5,0 g Feh: 28,3 g Só: 1,5 g Allergének:1,3	Lebbencsleves Panírozott halrudak Kukoricás rizs Light-tartármártás  En: 4116 kJ ( 983 kCal) Zsír: 32,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 139,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 25,9 g Só: 1,2 g Allergének:1,3,4,5,6,7,10	Tárkonyos sertésraguleves Sajtos-tejfölös makaróni  En: 3075 kJ ( 734 kCal) Zsír: 30,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 75,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 35,2 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7	Daragaluska-leves Mexikói szárnyas húsos bab Alma  En: 2955 kJ ( 706 kCal) Zsír: 31,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,4 g Só: 1,8 g Allergének:1,3,6,7,9	Zöldségkrémleves Leves gyöngy Tarhonyás hús pulykából Csemege uborka  En: 3425 kJ ( 818 kCal) Zsír: 33,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 85,6 g Cukor: 1,0 g Feh: 35,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna	Zalai felvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin Zöldpaprika TK zsemle  En: 1420 kJ ( 339 kCal) Zsír: 15,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Gépsonka Ráma margarin Félbarna kenyér Jégcsap retek  En: 1303 kJ ( 311 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,9 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7	Vajkrém Paradicsom TK zsemle  En: 1040 kJ ( 248 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,4 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,9 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Delma multivitamin margarin 40 Kígyó uborka Félbarna kenyér  En: 887 kJ ( 212 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,8 g Só: 0,9 g Allergének:1	Sajtos croissant  En: 1385 kJ ( 331 kCal) Zsír: 18,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 2,0 g Feh: 9,7 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