

Étlap

2025 3. hét

2025.01.13.-2025.01.19.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: D+M Fazekas

Korcsoport: 7-10 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Trópusi gyümölcsstea Sonkás pizza Ketchup En: 333 kJ (80 kCal) Zsír: 0,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 18,7 g Cukor: 14,2 g Feh: 0,6 g Só: 6,4 g	Tej 1/5 % Kuglóf En: 1053 kJ (252 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 40,6 g Cukor: 4,4 g Feh: 7,4 g Só: 0,0 g	Tejeskávé (7) Csirkemell sonka (1,6,7) Vénusz margarin Kápia paprika Teljes kiörlésű kenyér (1) En: 1420 kJ (339 kCal) Zsír: 8,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,3 g Cukor: 10,0 g Feh: 16,1 g Só: 0,8 g	Kakaó (7) Berni spitz (1,3,6,7) En: 1208 kJ (289 kCal) Zsír: 4,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,1 g Cukor: 15,0 g Feh: 11,0 g Só: 0,0 g	Tea/Tej 1,5% Főtt tojás karika (3) Delma margarin Jégcsapretek Teljes kiörlésű kenyér (1) En: 892 kJ (213 kCal) Zsír: 5,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,1 g Cukor: 2,0 g Feh: 5,1 g Só: 0,8 g
Ebéd	Palócleves /sert./ (1,3,7) Piskota kocka csokoládé öntet (1,3,7) Gyümölcs Teljes kiörlésű kenyér G (1) En: 3772 kJ (901 kCal) Zsír: 18,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 128,0 g Cukor: 23,1 g Feh: 36,6 g Só: 1,8 g	Sütőtökrémleves pirított tök (1,7) Vasi sertésborda (1,7) Hagymás tört burgonya Vitamin saláta En: 2260 kJ (540 kCal) Zsír: 24,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 73,8 g Cukor: 3,5 g Feh: 30,5 g Só: 1,6 g	Zöldséges gombaleves Paradicsomos halas penne (1,3,4,7) Sajt szórás (7) En: 2174 kJ (519 kCal) Zsír: 15,0 g T.Zsír: 0,4 g Szh: 65,5 g Cukor: 4,2 g Feh: 30,3 g Só: 7,9 g	Csontleves finommetélttel (1,3) Sárgaborsófőzelék (1) Fűszeres csirkecsíkok (1,7) Teljes kiörlésű kenyér G (1) En: 3153 kJ (753 kCal) Zsír: 19,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 47,8 g Só: 2,1 g	Csurgatott tojásleves (1,3,7) Brokkoli csőben sütve (1,7) Túró Rudi 1db/fő (1,7) En: 2312 kJ (552 kCal) Zsír: 35,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,7 g Cukor: 9,0 g Feh: 26,1 g Só: 2,2 g
Uzsonna	Kocka sajt (7) Kifli Tk. En: 640 kJ (153 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 19,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,5 g Só: 1,1 g	Ausztria szalámi (1,6,7,10) Ráma margarin Kígyóuborka Zsemle Tk. En: 1015 kJ (243 kCal) Zsír: 14,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,8 g Só: 1,2 g	Szilván papucs En: 1060 kJ (253 kCal) Zsír: 3,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,1 g Cukor: 13,9 g Feh: 7,1 g Só: 0,0 g	Banán En: 882 kJ (211 kCal) Zsír: 0,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 2,6 g Só: 0,0 g	Gyümölcsös ivóyoghurt (7) Kifli Tk. 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

Az étlap változás miatt elnézést kérünk. Jó étvágyat kívánunk!!!

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.-szeszámag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfűrt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek