

# Étlap

2026 16. hét

2026. 04. 13.-2026. 04. 19.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.

2001 Hartyán konyha

Étlap: D+M Fazekas Általános

Korcsoport: 7-10 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	Trópusi gyümölcsstea Borjú májas (1,6,7) Zöldpaprika Teljes kiőrlésű kenyér (1)  En: 1096 kJ ( 262 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 38,9 g Cukor: 10,0 g Feh: 8,3 g Só: 1,4 g	Kakaó (7) Briós  En: 1151 kJ ( 275 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,5 g Cukor: 15,1 g Feh: 11,1 g Só: 0,0 g	Tej 1/5 % Kakaós csiga (1)  En: 1302 kJ ( 311 kCal) Zsír: 12,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,4 g Cukor: 15,5 g Feh: 3,9 g Só: 0,4 g	Karamellás tej (7) Túrós batyu  En: 1267 kJ ( 303 kCal) Zsír: 7,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,8 g Cukor: 18,3 g Feh: 13,3 g Só: 0,0 g	Tej 1/5 % Vajkrém Jégcsapretek Teljes kiőrlésű kenyér (1)  En: 566 kJ ( 135 kCal) Zsír: 0,6 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 27,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,3 g Só: 0,8 g
<b>Ebéd</b>	Burgonyaleves füst.hússal (1,3,9) Tejbenrizs kakaósórással (1,7) Gyümölcs  En: 3058 kJ ( 730 kCal) Zsír: 14,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 122,0 g Cukor: 25,0 g Feh: 24,1 g Só: 2,2 g	Rostos ivólé 100%-os Temesvári pulykatokány (1,7) Bulgur (1)  En: 2928 kJ ( 699 kCal) Zsír: 17,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,9 g Cukor: 28,5 g Feh: 30,4 g Só: 0,7 g	Zellerkrémleves zsemlekočka (1,7,9) Füst.sajt. csirkemellfilé (1,7) Petrezselymes burgonya Céklasaláta  En: 3406 kJ ( 813 kCal) Zsír: 38,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 69,4 g Cukor: 5,0 g Feh: 40,1 g Só: 2,3 g	Reszelttészta leves (1,3,9) Mexikói húsos bab (1,6,7) Teljes kiőrlésű kenyér G (1)  En: 2654 kJ ( 634 kCal) Zsír: 9,9 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 96,1 g Cukor: 2,9 g Feh: 38,2 g Só: 6,1 g	Brokkolis zöldségleves (1,3,9) Mákos guba (1,3,5,7,8,11) Vanília öntet (1,7) Gyümölcs  En: 4358 kJ ( 1041 kCal) Zsír: 30,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 159,4 g Cukor: 38,0 g Feh: 30,6 g Só: 2,8 g
<b>Uzsonna</b>	Jogobella müzlis joghurt  En: 521 kJ ( 124 kCal) Zsír: 4,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 16,8 g Cukor: 9,8 g Feh: 4,2 g Só: 0,0 g	Lapka sajt Multivitaminos delma Kígyóuborka Zsemle Tk.  En: 1081 kJ ( 258 kCal) Zsír: 9,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,8 g Só: 0,8 g	Ausztria szalámi (1,6,7,10) Vénusz margarin Kápia paprika Zsemle Tk.  En: 1046 kJ ( 250 kCal) Zsír: 14,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 72,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,8 g Só: 1,2 g	Banán Kinder tejszelet  En: 1446 kJ ( 345 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,0 g Cukor: 10,3 g Feh: 4,7 g Só: 0,0 g	Yoghurt (7) Kifli Tk.  En: 726 kJ ( 173 kCal) Zsír: 4,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 25,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,1 g Só: 0,9 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.-Szojabab 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