

Étlap

2025 46. hét

2025. 11. 10.-2025. 11. 16.

KINDER F és K Vendéglátó Kft.
2001 Hartyán konyha

Étlap: D+M Fazekas Általános
Korcsoport: 7-10 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej 1/5 % Kakaós kalács (1) Ráma margarin En: 773 kJ (185 kCal) Zsír: 7,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 25,3 g Cukor: 3,1 g Feh: 4,0 g Só: 0,3 g	Vadmálnás tea Főtt tojás (3) Delma margarin Póréhagyma Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 1266 kJ (302 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 43,7 g Cukor: 15,0 g Feh: 6,3 g Só: 0,8 g	Tejeskávé (7) Fahéjas csiga (1) En: 2239 kJ (535 kCal) Zsír: 10,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,7 g Cukor: 35,0 g Feh: 14,6 g Só: 0,6 g	Tej 1/5 % Csokis golyó (1,5,7,8) En: 42 kJ (10 kCal) Zsír: 0,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 2,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 0,2 g Só: 0,0 g	Tej 1/5 % Sárgabarack lekvár Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) En: 945 kJ (226 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 39,7 g Cukor: 10,9 g Feh: 4,1 g Só: 0,8 g
Ebéd	Lebbencsleves (1,3) Zöldbabfőzelék (1,7) Sertéspörkölt feltét (1) Gyümölcs Teljes kiőrlésű kenyér G (1) En: 3411 kJ (815 kCal) Zsír: 30,9 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 93,6 g Cukor: 2,1 g Feh: 32,3 g Só: 2,9 g	Paradicsomleves betűtésztaival (1,3,7,9) Ludaskása (1,9) Csemege uborka En: 2833 kJ (677 kCal) Zsír: 20,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,7 g Cukor: 3,5 g Feh: 22,6 g Só: 2,0 g	Francia hagymaleves zsemlekock (1,7) Szerpenyős burgonya gazdagon (1,6,7) Céklasaláta Tk. Kenyér Ebéd (1) En: 3732 kJ (891 kCal) Zsír: 44,1 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 91,9 g Cukor: 4,0 g Feh: 25,8 g Só: 2,7 g	Rostos ivólé 100%-os Du Barry sertésborda (1,7) Bulgur (1) En: 3009 kJ (719 kCal) Zsír: 28,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 106,0 g Cukor: 28,5 g Feh: 37,4 g Só: 1,6 g	Magyaros karalábéleves (1,3) Parajos penne (1,3,7) Sajt szórás (7) Gyümölcs En: 3368 kJ (804 kCal) Zsír: 29,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 105,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 28,6 g Só: 1,6 g
Uzsonna	Kocka sajt (7) Kifli Tk. Túró Rudi 1db/fő (1,7) En: 1020 kJ (244 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,2 g Cukor: 9,0 g Feh: 10,3 g Só: 1,1 g	Csokoládé puding (1,3,7) En: 593 kJ (142 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,4 g Cukor: 19,8 g Feh: 2,6 g Só: 0,0 g	Csemege téliszalámi (1,7) Vénusz margarin Zöldpaprika Császár zsemle (1) En: 1272 kJ (304 kCal) Zsír: 15,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,5 g Cukor: 0,8 g Feh: 9,5 g Só: 1,7 g	Csirkemell sonka (1,6,7) Liga margarin Kígyóuborka Zsemle Tk. En: 909 kJ (217 kCal) Zsír: 4,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,9 g Só: 0,9 g	Vaníliás krémtúró Kifli Tk. En: 1348 kJ (322 kCal) Zsír: 11,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,4 g Cukor: 15,0 g Feh: 17,0 g Só: 0,5 g

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

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc 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.-Csillagfűt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek