

Heti étlap: 2024. 05. 06. - 2024. 05. 12. menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év

Fonyód Konyha Nonprofit Kft., 8640 Fonyód, Fő u.19. / 2-es raktár (gimi)

	2024. 05. 06. hétfő	2024. 05. 07. kedd	2024. 05. 08. szerda	2024. 05. 09. csütörtök	2024. 05. 10. péntek	2024. 05. 11. szombat
R e g g e l	Tea Májusi csemege (Kedvenc) Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 1916 kj /456 kc; Feh:15,4gr Szh:61gr;Cuk:12,6gr;Só:0,9gr Zsír:12,8gr;Tzs:5,8gr;Kalc:0,04gr Glutén	Vaníliás tej *7* fonott kalács *1,3,7* Margarin delma 20% En: 2358 kj /561 kc; Feh:18,6gr Szh:82gr;Cuk:33,8gr;Só:0,7gr Zsír:17,5gr;Tzs:7gr;Kalc:0,26gr Glutén, Tojás, Tej	Tea Mozzarella sajt *7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Uborka En: 1916 kj /456 kc; Feh:18,3gr Szh:60gr;Cuk:12,4gr;Só:0,9gr Zsír:13,8gr;Tzs:7gr;Kalc:0,24gr Glutén, Tej	Tea Körözött *7* Kenyér félbarna *1* Póréhagyma En: 1775 kj /423 kc; Feh:21,2gr Szh:64gr;Cuk:13,8gr;Só:0,5gr Zsír:6,6gr;Tzs:4,2gr;Kalc:0,12gr Glutén, Tej	Tea Gépsonka (Kedvenc,sertés) *6,7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 1653 kj /394 kc; Feh:13,9gr Szh:63gr;Cuk:12,6gr;Só:0,6gr Zsír:7,4gr;Tzs:2,7gr;Kalc:0,04gr Glutén, Szójabab, Tej	
E b é d	Daragaluskaleves *1,3,6,7,9,10* Fasírt *1,3,6,7,9,10* Zöldborsó főzelék *1,3,6,7,9,10* Graham kenyér *1* En: 3524 kj /839 kc; Feh:48,6gr Szh:99gr;Cuk:14,7gr;Só:1,9gr Zsír:26,1gr;Tzs:7,3gr;Kalc:0,15gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Fejtettbab leves *1,3,6,7,9,10* Pincepörkölt *1,3,6,7,9,10* Káposztasaláta Graham kenyér *1* En: 3772 kj /898 kc; Feh:48,5gr Szh:112gr;Cuk:19,3gr;Só:1,9gr Zsír:26,9gr;Tzs:6,1gr;Kalc:0,16gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Fokhagymakrémléves *1,3,6,7,9,10* BBQ csirkecomb Kukoricás rizs En: 3527 kj /840 kc; Feh:63,7gr Szh:93gr;Cuk:10gr;Só:2gr Zsír:23,2gr;Tzs:13gr;Kalc:0,03gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Brokkolileves *1,3,6,7,9,10* Paradicsomos tonhalas penne *1,3,4,6,7,9,10* En: 3573 kj /851 kc; Feh:32,8gr Szh:115gr;Cuk:19,7gr;Só:2gr Zsír:28,7gr;Tzs:6,8gr;Kalc:0,24gr Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Frankfurti leves *1,3,6,7,9,10* Rizsfelfújt *3,7* eper lekvár En: 3507 kj /835 kc; Feh:26,8gr Szh:121gr;Cuk:55,3gr;Só:1,8gr Zsír:26gr;Tzs:11,1gr;Kalc:0,33gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
V a c s o r a	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Szilvalekváros derelye *1,3* En: 2400 kj /571 kc; Feh:20,5gr Szh:111gr;Cuk:37,9gr;Só:1,5gr Zsír:16,8gr;Tzs:5,1gr;Kalc:0,23gr Glutén, Tojás, Tej	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Kenőmajas (Kedvenc) *1,6* Kenyér félbarna *1* Retek En: 1883 kj /448 kc; Feh:20,7gr Szh:61gr;Cuk:13,2gr;Só:0,8gr Zsír:11,4gr;Tzs:5,8gr;Kalc:0,27gr Glutén, Szójabab, Tej	Tea Melegszendvics *1,6,7* Retek En: 2236 kj /532 kc; Feh:25,1gr Szh:64gr;Cuk:12,7gr;Só:0,9gr Zsír:17gr;Tzs:9gr;Kalc:0,3gr Glutén, Szójabab, Tej	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Hamburger *1,3,10,11* En: 2954 kj /703 kc; Feh:27,2gr Szh:67gr;Cuk:13gr;Só:2,8gr Zsír:26,3gr;Tzs:2gr;Kalc:0,25gr Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Szezámag		
	En: 7839 kj /1867 kc; Feh:84,6 gr;Szh:271gr;Cuk:65,2gr;Só:4,3gr;Zsír: 55,7 gr;Tzs:18,2 gr;Kalc:0,43 gr	En: 8012 kj /1908 kc; Feh:87,8 gr;Szh:256gr;Cuk:66,3gr;Só:3,4gr;Zsír: 55,8 gr;Tzs:18,9 gr;Kalc:0,69 gr	En: 7679 kj /1828 kc; Feh:107 gr;Szh:216gr;Cuk:35,1gr;Só:3,9gr;Zsír: 54 gr;Tzs:29 gr;Kalc:0,57 gr	En: 8301 kj /1976 kc; Feh:81,2 gr;Szh:245gr;Cuk:46,6gr;Só:5,3gr;Zsír: 61,6 gr;Tzs:13 gr;Kalc:0,61 gr	En: 5161 kj /1229 kc; Feh:40,6 gr;Szh:183gr;Cuk:67,9gr;Só:2,4gr;Zsír: 33,4 gr;Tzs:13,8 gr;Kalc:0,37 gr	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: