

Heti étlap: 2024. 05. 06. - 2024. 05. 12. menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 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 li	Tea Májusi csemege (Kedvenc) Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 1284 kj /306 kc; Feh:10,1gr Szh:39gr;Cuk:9,8gr;Só:0,6gr Zsír:9,5gr;Tzs:4,2gr;Kalc:0,03gr Glutén	Vaníliás tej *7* fonott kalács *1,3,7* Margarin delma 20% En: 1502 kj /358 kc; Feh:13,9gr Szh:55gr;Cuk:25,3gr;Só:0,4gr Zsír:9,3gr;Tzs:4,3gr;Kalc:0,25gr Glutén, Tojás, Tej	Tea Mozzarella sajt *7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Uborka En: 1284 kj /306 kc; Feh:12,3gr Szh:38gr;Cuk:9,6gr;Só:0,6gr Zsír:10,2gr;Tzs:5,2gr;Kalc:0,18gr Glutén, Tej	Tea Körözött *7* Kenyér félbarna *1* Póréhagyma En: 1192 kj /284 kc; Feh:13,9gr Szh:42gr;Cuk:11gr;Só:0,3gr Zsír:5,3gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0,09gr Glutén, Tej	Tea Gépsonka (Kedvenc,sertés) *6,7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 1087 kj /259 kc; Feh:9gr Szh:40gr;Cuk:9,8gr;Só:0,4gr Zsír:5,4gr;Tzs:2gr;Kalc:0,03gr Glutén, Szójabab, Tej	
E b b d	Daragaluskaleves *1,3,6,7,9,10* Fasirt *1,3,6,7,9,10* Zöldborsó főzelék *1,3,6,7,9,10* Graham kenyér *1* En: 3106 kj /740 kc; Feh:42,8gr Szh:93gr;Cuk:14,7gr;Só:1,8gr Zsír:20,2gr;Tzs:6gr;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: 3087 kj /735 kc; Feh:40,3gr Szh:93gr;Cuk:18,1gr;Só:1,7gr Zsír:21,2gr;Tzs:5,2gr;Kalc:0,14gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Fokhagymakrémléves *1,3,6,7,9,10* BBQ csirkecomb Kukoricás rizs En: 2900 kj /690 kc; Feh:40,4gr Szh:79gr;Cuk:13,8gr;Só:2gr Zsír:23,4gr;Tzs:9,1gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Brokkolileves *1,3,6,7,9,10* Paradicsomos tonhalas penne *1,3,4,6,7,9,10* En: 2834 kj /675 kc; Feh:26gr Szh:91gr;Cuk:16,2gr;Só:2gr Zsír:23gr;Tzs:4,7gr;Kalc:0,17gr Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Frankfurti leves *1,3,6,7,9,10* Rizsfelfújt *3,7* eper lekvár En: 3105 kj /739 kc; Feh:26,1gr Szh:105gr;Cuk:46,4gr;Só:1,6gr Zsír:23gr;Tzs:10,6gr;Kalc:0,34gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
U z s o n n a	Kakaós csiga graham 5dkg *1,3,7* Alma En: 689 kj /164 kc; Feh:2,3gr Szh:23gr;Cuk:20,4gr;Só:0,3gr Zsír:6,5gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0,01gr Glutén, Tojás, Tej	Kenőmájas (Kedvenc) *1,6* Kenyér félbarna *1* Retek En: 944 kj /225 kc; Feh:9gr Szh:31gr;Cuk:1,8gr;Só:0,4gr Zsír:6,1gr;Tzs:2,8gr;Kalc:0,03gr Glutén, Szójabab	Sós bot *1,7* Margarin delma 20% Körte En: 915 kj /218 kc; Feh:4,6gr Szh:35gr;Cuk:12,9gr;Só:0,2gr Zsír:7,4gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tej	Joghurt Danone erdei egyes 125 gr *7* Graham kifli 5dkg *1* Narancs En: 1163 kj /277 kc; Feh:10gr Szh:50gr;Cuk:25,2gr;Só:0,3gr Zsír:5,1gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0,18gr Glutén, Tej	Krémsajt (Fino) *7* Zsemle 5dkg *1* Retek Alma En: 993 kj /236 kc; Feh:8,4gr Szh:42gr;Cuk:10,5gr;Só:0,1gr Zsír:5,1gr;Tzs:2,7gr;Kalc:0,03gr Glutén, Tej	
	En: 5078 kj /1209 kc; Feh:55,2 gr;Szh:156gr;Cuk:44,9gr;Só:2,7gr;Zsír: 36,2 gr;Tzs:10,8 gr;Kalc:0,18 gr	En: 5533 kj /1317 kc; Feh:63,2 gr;Szh:178gr;Cuk:45,2gr;Só:2,6gr;Zsír: 36,6 gr;Tzs:12,3 gr;Kalc:0,41 gr	En: 5099 kj /1214 kc; Feh:57,3 gr;Szh:152gr;Cuk:36,2gr;Só:2,9gr;Zsír: 41 gr;Tzs:16,9 gr;Kalc:0,22 gr	En: 5189 kj /1236 kc; Feh:50 gr;Szh:183gr;Cuk:52,4gr;Só:2,6gr;Zsír: 31,2 gr;Tzs:10 gr;Kalc:0,44 gr	En: 5185 kj /1234 kc; Feh:43,6 gr;Szh:187gr;Cuk:66,6gr;Só:2,1gr;Zsír: 33,5 gr;Tzs:15,3 gr;Kalc:0,4 gr	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: