

Heti étlap: 2024. 05. 06. - 2024. 05. 12. menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 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: 1020 kj /243 kc; Feh:7,8gr Szh:32gr;Cuk:7,3gr;Só:0,5gr Zsír:7,5gr;Tzs:3,2gr;Kalc:0,02gr Glutén	Vaníliás tej *7* fonott kalács *1,3,7* Margarin delma 20% En: 1374 kj /327 kc; Feh:12,7gr Szh:46gr;Cuk:21,7gr;Só:0,5gr Zsír:10,2gr;Tzs:4,5gr;Kalc:0,24gr Glutén, Tojás, Tej	Tea Mozzarella sajt *7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Uborka En: 1020 kj /243 kc; Feh:9,3gr Szh:31gr;Cuk:7,2gr;Só:0,5gr Zsír:7,9gr;Tzs:3,8gr;Kalc:0,12gr Glutén, Tej	Tea Körözött *7* Kenyér félbarna *1* Póréhagyma En: 893 kj /213 kc; Feh:9,4gr Szh:33gr;Cuk:8,2gr;Só:0,3gr Zsír:3,2gr;Tzs:2gr;Kalc:0,06gr Glutén, Tej	Tea Gépsonka (Kedvenc,sertés) *6,7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 889 kj /212 kc; Feh:7,1gr Szh:32gr;Cuk:7,3gr;Só:0,4gr Zsír:4,7gr;Tzs:1,7gr;Kalc:0,02gr 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: 2625 kj /625 kc; Feh:34,5gr Szh:78gr;Cuk:13,2gr;Só:1,1gr Zsír:18,5gr;Tzs:4,9gr;Kalc:0,13gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Fejttetbab leves *1,3,6,7,9,10* Pincepörkölt *1,3,6,7,9,10* Káposztasaláta Graham kenyér *1* En: 2500 kj /595 kc; Feh:32,9gr Szh:75gr;Cuk:17,6gr;Só:1,2gr Zsír:17,5gr;Tzs:3,8gr;Kalc:0,11gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Fokhagymakrémléves *1,3,6,7,9,10* Sült csirkecomb *1,3,6,7,9,10* Kukoricás rizs En: 2388 kj /569 kc; Feh:38,8gr Szh:57gr;Cuk:3gr;Só:1,1gr Zsír:20,2gr;Tzs:8,6gr;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: 2483 kj /591 kc; Feh:24gr Szh:69gr;Cuk:9,8gr;Só:1,4gr Zsír:24,2gr;Tzs:6gr;Kalc:0,2gr Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Frankfurti leves *1,3,6,7,9,10* Rizsfelfújt *3,7* eper lekvár En: 2679 kj /638 kc; Feh:21,3gr Szh:84gr;Cuk:38,6gr;Só:0,7gr Zsír:23,6gr;Tzs:10,6gr;Kalc:0,31gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
U z s o n n a	Kakaós csiga graham 5dkg *1,3,7* Alma En: 660 kj /157 kc; Feh:2,2gr Szh:22gr;Cuk:19gr;Só:0,3gr Zsír:6,4gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0,01gr Glutén, Tojás, Tej	Kenőmájas (Kedvenc) *1,6* Kenyér félbarna *1* Retek En: 738 kj /176 kc; Feh:7gr Szh:25gr;Cuk:1,3gr;Só:0,3gr Zsír:4,2gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0,02gr Glutén, Szójabab	Sós bot *1,7* Margarin delma 20% Körte En: 834 kj /199 kc; Feh:4,5gr Szh:33gr;Cuk:10,9gr;Só:0,2gr Zsír:6,3gr;Tzs:2,3gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tej	Joghurt Danone erdei egyes 125 gr *7* Graham kifli 5dkg *1* Narancs En: 1128 kj /269 kc; Feh:9,9gr Szh:49gr;Cuk:23,5gr;Só:0,3gr Zsír:2,8gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0,17gr Glutén, Tej	Krémsajt (Fino) *7* Zsemle 5dkg *1* Retek Alma En: 881 kj /210 kc; Feh:7,4gr Szh:40gr;Cuk:8,4gr;Só:0,1gr Zsír:3,6gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0,03gr Glutén, Tej	
	En: 4305 kj /1025 kc; Feh:44,6 gr;Szh:131gr;Cuk:39,5gr;Só:1,9gr;Zsír:32,4 gr;Tzs:8,6 gr;Kalc:0,16 gr	En: 4612 kj /1098 kc; Feh:52,5 gr;Szh:146gr;Cuk:40,6gr;Só:2gr;Zsír:32 gr;Tzs:10,2 gr;Kalc:0,38 gr	En: 4242 kj /1010 kc; Feh:52,6 gr;Szh:121gr;Cuk:21,2gr;Só:1,8gr;Zsír:34,5 gr;Tzs:14,7 gr;Kalc:0,16 gr	En: 4504 kj /1072 kc; Feh:43,3 gr;Szh:151gr;Cuk:41,5gr;Só:1,9gr;Zsír:30,3 gr;Tzs:9,8 gr;Kalc:0,42 gr	En: 4450 kj /1059 kc; Feh:35,7 gr;Szh:156gr;Cuk:54,4gr;Só:1,1gr;Zsír:31,9 gr;Tzs:14 gr;Kalc:0,36 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: