

Heti étlap: 2024. 05. 06. - 2024. 05. 12. menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 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 i	Tea Májusi csemege (Kedvenc) Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 1466 kj /349 kc; Feh:11,1gr Szh:46gr;Cuk:11,9gr;Só:0,7gr Zsír:10,6gr;Tzs:4,6gr;Kalc:0,03gr Glutén	Vaníliás tej *7* fonott kalács *1,3,7* Margarin delma 20% En: 1918 kj /457 kc; Feh:15,1gr Szh:69gr;Cuk:34,9gr;Só:0,6gr Zsír:13,4gr;Tzs:5,6gr;Kalc:0,25gr Glutén, Tojás, Tej	Tea Mozzarella sajt *7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Uborka En: 1466 kj /349 kc; Feh:13,3gr Szh:45gr;Cuk:11,8gr;Só:0,7gr Zsír:11,3gr;Tzs:5,5gr;Kalc:0,18gr Glutén, Tej	Tea Körözött *7* Kenyér félbarna *1* Póréhagyma En: 1360 kj /324 kc; Feh:15gr Szh:49gr;Cuk:13,3gr;Só:0,4gr Zsír:6gr;Tzs:3,9gr;Kalc:0,1gr Glutén, Tej	Tea Gépsonka (Kedvenc,sertés) *6,7* Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 1269 kj /302 kc; Feh:10gr Szh:47gr;Cuk:11,9gr;Só:0,5gr Zsír:6,5gr;Tzs:2,3gr;Kalc:0,03gr Glutén, Szójabab, Tej	
E b b 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: 3526 kj /840 kc; Feh:45,9gr Szh:104gr;Cuk:16,5gr;Só:2gr Zsír:25,1gr;Tzs:6,6gr;Kalc:0,16gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Fejttet bab leves *1,3,6,7,9,10* Pincepörkölt *1,3,6,7,9,10* Káposztasaláta Graham kenyér *1* En: 3507 kj /835 kc; Feh:46,3gr Szh:102gr;Cuk:22,7gr;Só:1,9gr Zsír:25,7gr;Tzs:6gr;Kalc:0,15gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Fokhagymakrémléves *1,3,6,7,9,10* BBQ csirkecomb Kukoricás rizs En: 3535 kj /842 kc; Feh:45,6gr Szh:105gr;Cuk:9,5gr;Só:2gr Zsír:26,1gr;Tzs:10,4gr;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: 3433 kj /817 kc; Feh:31gr Szh:115gr;Cuk:18,5gr;Só:1,9gr Zsír:25,9gr;Tzs:5,2gr;Kalc:0,21gr Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Frankfurti leves *1,3,6,7,9,10* Rizsfelfújt *3,7* eper lekvár En: 3545 kj /844 kc; Feh:28,2gr Szh:121gr;Cuk:50,5gr;Só:1,9gr Zsír:26,2gr;Tzs:11,7gr;Kalc:0,33gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
U z s o n n a	Kakaós csiga graham 5dkg *1,3,7* Alma En: 732 kj /174 kc; Feh:2,4gr Szh:25gr;Cuk:22,5gr;Só:0,3gr Zsír:6,6gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0,01gr Glutén, Tojás, Tej	Kenőmájas (Kedvenc) *1,6* Kenyér félbarna *1* Retek En: 1053 kj /251 kc; Feh:9,9gr Szh:36gr;Cuk:1,9gr;Só:0,4gr Zsír:6,2gr;Tzs:2,8gr;Kalc:0,03gr Glutén, Szójabab	Sós bot *1,7* Margarin delma 20% Körte En: 1019 kj /243 kc; Feh:4,7gr Szh:39gr;Cuk:15,8gr;Só:0,2gr Zsír:8,4gr;Tzs:2,9gr;Kalc:0,03gr Glutén, Tej	Joghurt Danone erdei egyes 125 gr *7* Graham kifli 5dkg *1* Narancs En: 1215 kj /289 kc; Feh:10,2gr Szh:53gr;Cuk:27,7gr;Só:0,3gr Zsír:2,9gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0,19gr Glutén, Tej	Krémsajt (Fino) *7* Zsemle 5dkg *1* Retek Alma En: 1036 kj /247 kc; Feh:8,6gr Szh:44gr;Cuk:12,6gr;Só:0,1gr Zsír:5,2gr;Tzs:2,7gr;Kalc:0,03gr Glutén, Tej	
	En: 5725 kj /1363 kc; Feh:59,4 gr;Szh:175gr;Cuk:50,9gr;Só:2,9gr;Zsír:42,3 gr;Tzs:11,7 gr;Kalc:0,2 gr	En: 6478 kj /1542 kc; Feh:71,3 gr;Szh:206gr;Cuk:59,5gr;Só:2,9gr;Zsír:45,3 gr;Tzs:14,4 gr;Kalc:0,44 gr	En: 6019 kj /1433 kc; Feh:63,6 gr;Szh:189gr;Cuk:37gr;Só:3gr;Zsír:45,9 gr;Tzs:18,8 gr;Kalc:0,24 gr	En: 6009 kj /1431 kc; Feh:56,3 gr;Szh:217gr;Cuk:59,5gr;Só:2,6gr;Zsír:34,8 gr;Tzs:10,9 gr;Kalc:0,49 gr	En: 5851 kj /1393 kc; Feh:46,8 gr;Szh:212gr;Cuk:75gr;Só:2,5gr;Zsír:38 gr;Tzs:16,7 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:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: