

Heti étlap: 2024. 05. 13. - 2024. 05. 19. menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

	2024. 05. 13. hétfő	2024. 05. 14. kedd	2024. 05. 15. szerda	2024. 05. 16. csütörtök	2024. 05. 17. péntek	2024. 05. 18. szombat
R e g g e l	Tea Soproni felvágott (Kedvenc) Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Uborka En: 1219 kj /290 kc; Feh:10,1gr Szh:39gr;Cuk:9,7gr;Só:0,6gr Zsír:9,4gr;Tzs:3,5gr;Kalc:0,03gr Glutén	Kakaó *7* Briós 5 dkg *1,3,7* Margarin delma 20% En: 815 kj /194 kc; Feh:11,6gr Szh:43gr;Cuk:22,2gr;Só:0,5gr Zsír:10,6gr;Tzs:3,8gr;Kalc:0,25gr Glutén, Tojás, Tej	Tea Tojáskrém *3,7* Kenyér félbarna *1* Újhagyma En: 1193 kj /284 kc; Feh:10,4gr Szh:39gr;Cuk:10gr;Só:0,5gr Zsír:8gr;Tzs:3,3gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tojás, Tej	Tea Nagylyukú sajt (Baron) *7* Margarin delma 20% Graham kenyér *1* Retek En: 1339 kj /319 kc; Feh:13,9gr Szh:39gr;Cuk:9,3gr;Só:0,6gr Zsír:11,7gr;Tzs:6,1gr;Kalc:0,27gr Glutén, Tej	Tea Csirkemell sonka (Kedvenc) Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 1076 kj /256 kc; Feh:11gr Szh:39gr;Cuk:9,7gr;Só:0,4gr Zsír:5,1gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0,02gr Glutén	
E b é d	Burgonyaleves *1,3,6,7,9,10* Sertéspörkölt Tököfőzelék *1,3,6,7,9,10* Graham kenyér *1* En: 2942 kj /701 kc; Feh:35,7gr Szh:86gr;Cuk:17,4gr;Só:1,9gr Zsír:22,5gr;Tzs:5,8gr;Kalc:0,16gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Karalábéleves *1,3,6,7,9,10* Temesvári tokány *1,3,6,7,9,10* Párolt rizs En: 2835 kj /675 kc; Feh:33,2gr Szh:84gr;Cuk:9,7gr;Só:1,9gr Zsír:22,3gr;Tzs:5,5gr;Kalc:0,1gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Húsleves *1,3,6,7,9,10* Vadas mártás *1,7,9,10* Tésztaköret *1,3* En: 3016 kj /718 kc; Feh:35,9gr Szh:89gr;Cuk:11,9gr;Só:1,8gr Zsír:23,5gr;Tzs:6,2gr;Kalc:0,1gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Paradicsomleves *1,3,9* Reszelt csirkemáj *1,3,6,7,9,10* Főtt burgonya Cékla savanyúság En: 2957 kj /704 kc; Feh:31,8gr Szh:91gr;Cuk:23,9gr;Só:2gr Zsír:23,6gr;Tzs:3,3gr;Kalc:0,09gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Sertésraguleves *1,3,6,7,9,10* Mákos nudli *1* Alma En: 3015 kj /718 kc; Feh:34,2gr Szh:89gr;Cuk:28,5gr;Só:1,9gr Zsír:23,5gr;Tzs:4,4gr;Kalc:0,05gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
U z s o n n a	Túrósbatyu graham 5dkg *1,3,7* Alma En: 825 kj /196 kc; Feh:6gr Szh:34gr;Cuk:20,4gr;Só:0,3gr Zsír:5,5gr;Tzs:2,5gr;Kalc:0,01gr Glutén, Tojás, Tej	Halkrém *3,4,7,10* Kenyér félbarna *1* Póréhagyma En: 1014 kj /242 kc; Feh:10gr Szh:32gr;Cuk:1,6gr;Só:0,3gr Zsír:7,2gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0,04gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár	Sajtos kifli 5dkg *1,7* Margarin delma 20% Színespaprika Körte En: 978 kj /233 kc; Feh:5,8gr Szh:39gr;Cuk:12,5gr;Só:0,1gr Zsír:5,4gr;Tzs:0,9gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tej	Krémtúró van.90g *7* Kifli 5dkg *1* En: 1237 kj /295 kc; Feh:12,2gr Szh:48gr;Cuk:19,4gr;Só:0,4gr Zsír:5,6gr;Tzs:3,5gr;Kalc:0,08gr Glutén, Tej	Snidling Krémsajt (Fino) *7* Zsemle 5dkg *1* Uborka En: 820 kj /195 kc; Feh:8gr Szh:33gr;Cuk:2gr;Só:0,1gr Zsír:4,7gr;Tzs:2,7gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tej	
	En: 4986 kj /1187 kc; Feh:51,8 gr;Szh:159gr;Cuk:47,6gr;Só:2,8gr;Zsír:37,4 gr;Tzs:11,8 gr;Kalc:0,19 gr	En: 4664 kj /1110 kc; Feh:54,8 gr;Szh:159gr;Cuk:33,5gr;Só:2,7gr;Zsír:40,1 gr;Tzs:10,6 gr;Kalc:0,38 gr	En: 5187 kj /1235 kc; Feh:52,2 gr;Szh:168gr;Cuk:34,5gr;Só:2,5gr;Zsír:36,9 gr;Tzs:10,4 gr;Kalc:0,14 gr	En: 5533 kj /1317 kc; Feh:58 gr;Szh:178gr;Cuk:52,6gr;Só:3gr;Zsír:40,9 gr;Tzs:12,9 gr;Kalc:0,44 gr	En: 4911 kj /1169 kc; Feh:53,2 gr;Szh:161gr;Cuk:40,1gr;Só:2,4gr;Zsír:33,3 gr;Tzs:8,7 gr;Kalc:0,09 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: