

Heti étlap: 2024. 05. 13. - 2024. 05. 19. menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 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 i	Tea, Soproni felvágott (Kedvenc), Margarin delma 20%, Kenyér félbarna *1*, Uborka En: 814 kj /194 kc; Feh:6,8gr Szh:26gr;Cuk:6,2gr;Só:0,4gr Zsír:6,3gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0,02gr Glutén	Kakaó *7*, Briós 5 dkg *1,3,7*, Margarin delma 20% En: 833 kj /198 kc; Feh:11,3gr Szh:42gr;Cuk:21,2gr;Só:0,5gr Zsír:11,8gr;Tzs:5,2gr;Kalc:0,26gr Glutén, Tojás, Tej	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*, Tojáskrém *3,7*, Kenyér félbarna *1*, Újhagyma En: 1098 kj /262 kc; Feh:12gr Szh:29gr;Cuk:9,2gr;Só:0,5gr Zsír:10gr;Tzs:5,4gr;Kalc:0,19gr Glutén, Tojás, Tej	Tea, Nagylyukú sajt (Baron) *7*, Margarin delma 20%, Graham kenyér *1*, Retek En: 894 kj /213 kc; Feh:9,4gr Szh:26gr;Cuk:5,9gr;Só:0,4gr Zsír:7,9gr;Tzs:4gr;Kalc:0,18gr Glutén, Tej	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*, Csirkemell sonka (Kedvenc), Margarin delma 20%, Kenyér félbarna *1*, Zöldpaprika En: 995 kj /237 kc; Feh:12,3gr Szh:28gr;Cuk:9gr;Só:0,4gr Zsír:7,6gr;Tzs:4,1gr;Kalc:0,19gr Glutén, Tej	
T í z ó r a i	Alma En: 145 kj /35 kc; Feh:0,4gr Szh:7gr;Cuk:7gr;Só:0gr Zsír:0,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0,01gr	Nektarin En: 231 kj /55 kc; Feh:0,4gr Szh:11gr;Cuk:10gr;Só:0gr Zsír:0,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Körte En: 222 kj /53 kc; Feh:0,4gr Szh:12gr;Cuk:9,8gr;Só:0gr Zsír:0,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0,02gr	Eper En: 162 kj /39 kc; Feh:0,9gr Szh:7gr;Cuk:5,2gr;Só:0gr Zsír:0,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0,03gr	Alma En: 145 kj /35 kc; Feh:0,4gr Szh:7gr;Cuk:7gr;Só:0gr Zsír:0,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0,01gr	
E b é d	Sertés apró hús *1,3,6,7,9,10*, Tökfőzelék *1,3,6,7,9,10*, Graham kenyér *1*	Natúr csirkemell *1*, Finomfőzelék *1,3,6,7,9,10*, Graham kenyér *1*	Főtt hús, Vadas mártás *1,7,9,10*, Tésztaköret *1,3*	Reszelt csirkemáj *1,3,6,7,9,10*, Főtt burgonya, fejes saláta En: 1556 kj /371 kc; Feh:16,5gr Szh:44gr;Cuk:12,6gr;Só:0,7gr Zsír:13,7gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0,03gr	Sertésraguleves *1,3,6,7,9,10*, Diós nudli *1,8*	
U z s o n n a	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*, Túrósbatyu graham 5dkg *1,3,7*	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*, Halkrém *3,4,7,10*, Kenyér félbarna *1*, Póréhagyma En: 1244 kj /296 kc; Feh:13,5gr Szh:32gr;Cuk:11,8gr;Só:0,5gr Zsír:12,4gr;Tzs:5,1gr;Kalc:0,27gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*, Sajtos kifli 5dkg *1,7*, Margarin delma 20%, Színespaprika En: 1044 kj /249 kc; Feh:10,3gr Szh:33gr;Cuk:8,4gr;Só:0,2gr Zsír:8,3gr;Tzs:3,6gr;Kalc:0,18gr Glutén, Tej	Tea, Krémtúró van.90g *7*, Kifli 5dkg *1*	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*, Snidling, Krémsajt (Fino) *7*, Zsemle 5dkg *1*, Uborka En: 1113 kj /265 kc; Feh:12,1gr Szh:40gr;Cuk:9,2gr;Só:0,3gr Zsír:7,4gr;Tzs:4,8gr;Kalc:0,2gr Glutén, Tej	
	En: 3453 kj /822 kc; Feh:39 gr;Szh:106gr;Cuk:45,2gr;Só:1,3gr;Zsír:27,3 gr;Tzs:12,3 gr;Kalc:0,36 gr	En: 3777 kj /899 kc; Feh:49,1 gr;Szh:124gr;Cuk:48,8gr;Só:1,5gr;Zsír:34,7 gr;Tzs:12,9 gr;Kalc:0,61 gr	En: 3864 kj /920 kc; Feh:42,9 gr;Szh:119gr;Cuk:33,2gr;Só:1,4gr;Zsír:28,7 gr;Tzs:12,6 gr;Kalc:0,44 gr	En: 3951 kj /941 kc; Feh:39,4 gr;Szh:131gr;Cuk:48,2gr;Só:1,5gr;Zsír:27,7 gr;Tzs:9,5 gr;Kalc:0,32 gr	En: 3886 kj /925 kc; Feh:44,3 gr;Szh:114gr;Cuk:37,4gr;Só:1,2gr;Zsír:32,6 gr;Tzs:12,2 gr;Kalc:0,44 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: