

Heti étlap: 2024. 05. 13. - 2024. 05. 19. menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 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: 940 kj /224 kc; Feh:7,8gr Szh:31gr;Cuk:7,3gr;Só:0,4gr Zsir:6,4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0,02gr Glutén	Kakaó *7* Briós 5 dkg *1,3,7* Margarin delma 20% En: 843 kj /201 kc; Feh:11,4gr Szh:48gr;Cuk:27,2gr;Só:0,5gr Zsir:9,3gr;Tzs:3,3gr;Kalc:0,25gr Glutén, Tojás, Tej	Tea Tojáskrém *3* Kenyér félbarna *1* Újhagyma En: 881 kj /210 kc; Feh:8,7gr Szh:32gr;Cuk:7,6gr;Só:0,4gr Zsir:3,9gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tojás	Tea Nagylyukú sajt (Baron) *7* Margarin delma 20% Graham kenyér *1* Retek En: 1052 kj /250 kc; Feh:10,3gr Szh:32gr;Cuk:7gr;Só:0,5gr Zsir:8,9gr;Tzs:4,4gr;Kalc:0,19gr Glutén, Tej	Tea Csirkemell sonka (Kedvenc) Margarin delma 20% Kenyér félbarna *1* Zöldpaprika En: 882 kj /210 kc; Feh:8,5gr Szh:31gr;Cuk:7,3gr;Só:0,4gr Zsir:4,6gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0,02gr Glutén	
E b b d	Burgonyaleves *1,3,6,7,9,10* Sertéspörkölt Tököfőzelék *1,3,6,7,9,10* Graham kenyér *1* En: 2283 kj /544 kc; Feh:27,2gr Szh:73gr;Cuk:12,1gr;Só:1,3gr Zsir:15,1gr;Tzs:3,8gr;Kalc:0,11gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Karalábéleves *1,3,6,7,9,10* Temesvári tokány *1,3,6,7,9,10* Párolt rizs En: 2135 kj /508 kc; Feh:23,1gr Szh:67gr;Cuk:10,3gr;Só:1,1gr Zsir:16gr;Tzs:4,1gr;Kalc:0,09gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Húsleves *1,3,6,7,9,10* Vadas mártás *1,7,9,10* Tésztaköret *1,3* En: 2543 kj /606 kc; Feh:29,7gr Szh:79gr;Cuk:12,3gr;Só:1,5gr Zsir:18,2gr;Tzs:4,9gr;Kalc:0,08gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Paradicsomleves *1,3,9* Reszelt csirkemáj *1,3,6,7,9,10* Főtt burgonya fejes saláta En: 2321 kj /553 kc; Feh:25,5gr Szh:71gr;Cuk:18,6gr;Só:1,1gr Zsir:17,9gr;Tzs:2,5gr;Kalc:0,07gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Sertésraguleves *1,3,6,7,9,10* Mákos nudli *1* Alma En: 2649 kj /631 kc; Feh:27,8gr Szh:78gr;Cuk:25,1gr;Só:1,5gr Zsir:21,9gr;Tzs:3,7gr;Kalc:0,04gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
U z s o n n a	Túrósbatyu graham 5dkg *1,3,7* Alma En: 796 kj /190 kc; Feh:5,9gr Szh:32gr;Cuk:19gr;Só:0,3gr Zsir:5,4gr;Tzs:2,5gr;Kalc:0,01gr Glutén, Tojás, Tej	Halkrém *3,4,7,10* Kenyér félbarna *1* Póréhagyma En: 909 kj /217 kc; Feh:8,3gr Szh:27gr;Cuk:1,6gr;Só:0,3gr Zsir:8gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0,03gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár	Sajtos kifli 5dkg *1,7* Margarin delma 20% Színespaprika Körte En: 888 kj /212 kc; Feh:5,6gr Szh:37gr;Cuk:10,3gr;Só:0,1gr Zsir:4,4gr;Tzs:0,6gr;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 Zsir:5,6gr;Tzs:3,5gr;Kalc:0,08gr Glutén, Tej	Snidling Krémsajt (Fino) *7* Zsemle 5dkg *1* Uborka En: 736 kj /175 kc; Feh:7gr Szh:33gr;Cuk:1,3gr;Só:0,1gr Zsir:3,2gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0,02gr Glutén, Tej	
	En: 4019 kj /957 kc; Feh:40,9 gr;Szh:136gr;Cuk:38,4gr;Só:2gr;Zsir:26,9 gr;Tzs:8,8 gr;Kalc:0,14 gr	En: 3888 kj /926 kc; Feh:42,7 gr;Szh:141gr;Cuk:39,2gr;Só:1,9gr;Zsir:33,3 gr;Tzs:8,8 gr;Kalc:0,37 gr	En: 4313 kj /1027 kc; Feh:44 gr;Szh:148gr;Cuk:30,2gr;Só:2gr;Zsir:26,5 gr;Tzs:6,8 gr;Kalc:0,12 gr	En: 4610 kj /1098 kc; Feh:48 gr;Szh:151gr;Cuk:45gr;Só:2gr;Zsir:32,5 gr;Tzs:10,4 gr;Kalc:0,33 gr	En: 4267 kj /1016 kc; Feh:43,2 gr;Szh:142gr;Cuk:33,7gr;Só:2gr;Zsir:29,7 gr;Tzs:7 gr;Kalc:0,07 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: