

Heti étlap: 2022.10.17. - 2022.10.21. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Törökszentmiklós Városi Önkormányzat Főző- és Tálalókonyhák, 5200 Törökszentmiklós, Kossuth L. út 135.

	2022.10.17. hétfő	2022.10.18. kedd	2022.10.19. szerda	2022.10.20. csütörtök	2022.10.21. péntek	2022.10.22. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Csészés margarin *7* Zöldpaprika <i>En: 1426 kj /339 kc; Feh: 11,3 gr; Szh:53gr;Cuk:15gr;Só:0,7 gr; Zsír:18,5gr;Tzs:0,9gr;Kalc:282,32 gr</i> Glutén, Tej	Citromos tea Sonkaszalámi *1* Rozskenyér *1* Kaliforniai paprika Csészés margarin *7* <i>En: 1076 kj /256 kc; Feh: 10 gr; Szh:40gr;Cuk:15,4gr;Só:0,7 gr; Zsír:15gr;Tzs:0,9gr;Kalc:27,5 gr</i> Glutén, Tej	Citromos tea Füstölt sajt Teljes kiőrlésű zömlé *1* Csészés margarin *7* Savanyított káposzta <i>En: 1833 kj /436 kc; Feh: 14,6 gr; Szh:69gr;Cuk:15,4gr;Só:0,1 gr; Zsír:23,4gr;Tzs:1,2gr;Kalc:94,9 gr</i> Glutén, Tej	Házi málnás joghurt *7* Kifli *1,7* <i>En: 444 kj /106 kc; Feh: 2,2 gr; Szh:22gr;Cuk:10,4gr;Só:0,5 gr; Zsír:0,8gr;Tzs:0,2gr;Kalc:35 gr</i> Glutén, Tej	Tejeskávé *7* Kakaós foszlós kalács *1,3,7* Csészés margarin *7* <i>En: 1141 kj /272 kc; Feh: 7,6 gr; Szh:39gr;Cuk:15,2gr;Só:0,1 gr; Zsír:18,5gr;Tzs:0,9gr;Kalc:218,82 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	
E b é d	Pirított tésztaleves *1,3,7,9* Rakott kelkáposzta *3,4,6,7,9* <i>En: 1870 kj /445 kc; Feh: 28,1 gr; Szh:48gr;Cuk:0,1gr;Só:2,3 gr; Zsír:16,2gr;Tzs:0gr;Kalc:168,98 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller	Sárgaborsó leves virslivel *1,6,9,10,12* Túrós metélt *1,3,7* Banán <i>En: 3300 kj /786 kc; Feh: 28,6 gr; Szh:78gr;Cuk:20,2gr;Só:2 gr; Zsír:33,3gr;Tzs:2,8gr;Kalc:136,74 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	Húsleves Sárgarépa főzelék *1,7* Főtt darált hús <i>En: 1560 kj /371 kc; Feh: 21,7 gr; Szh:47gr;Cuk:20gr;Só:0,8 gr; Zsír:10,3gr;Tzs:0gr;Kalc:96,49 gr</i> Glutén, Tej	Karfiolleves *1,3,7,9* Pirított máj Bulgúr Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 2523 kj /601 kc; Feh: 30,3 gr; Szh:84gr;Cuk:0gr;Só:1,2 gr; Zsír:14,6gr;Tzs:1gr;Kalc:126,82 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szulfítok	Ivólé Ananászos párolt csirkemell *1,7* Petrezselymes burgonya Csemege uborka édesítővel *12* <i>En: 2329 kj /554 kc; Feh: 28,6 gr; Szh:64gr;Cuk:18gr;Só:1,4 gr; Zsír:20,7gr;Tzs:1,5gr;Kalc:155,98 gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok	
U z s o n n a	Szendvicsszén *1,3,6,7* Félbarna kenyér *1* Retek <i>En: 987 kj /235 kc; Feh: 6,6 gr; Szh:3gr;Cuk:0gr;Só:0,5 gr; Zsír:10,3gr;Tzs:5,2gr;Kalc:24,74 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	Zöldfűszeres vajkrém *7* Félbarna kenyér *1* Kígyóuborka <i>En: 553 kj /132 kc; Feh: 4,3 gr; Szh:3gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:0,5gr;Tzs:0gr;Kalc:14,5 gr</i> Glutén, Tej	Zala felvágott *1,6* Félbarna kenyér *1* Csészés margarin *7* Zöldhagyma <i>En: 1062 kj /253 kc; Feh: 10,1 gr; Szh:4gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr; Zsír:17,6gr;Tzs:0,9gr;Kalc:83,8 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej	Kolbászkrem *1,6,7,9,10,12* Magvaskenyér *1,6,11* Alma <i>En: 1621 kj /386 kc; Feh: 10,3 gr; Szh:43gr;Cuk:0gr;Só:0,5 gr; Zsír:18gr;Tzs:8,8gr;Kalc:68,44 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szezám, Szulfítok	Sertéspárizsi *1,6,9,12* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1181 kj /281 kc; Feh: 7,8 gr; Szh:24gr;Cuk:0gr;Só:1,2 gr; Zsír:44,8gr;Tzs:3gr;Kalc:24,1 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok	
	<i>En: 4283 kj /1020 kc; Feh:46 gr; Szh:105gr;Cuk:15,1gr;Só:3,4gr;Zsír:45 gr; Tzs:6,1 gr;Kalc:476,04 gr</i>	<i>En: 4928 kj /1173 kc; Feh:42,9 gr; Szh:122gr;Cuk:35,7gr;Só:3gr;Zsír:48,8 gr; Tzs:3,6 gr;Kalc:178,74 gr</i>	<i>En: 4455 kj /1061 kc; Feh:46,4 gr; Szh:120gr;Cuk:35,4gr;Só:1,6gr;Zsír:51,3 gr; Tzs:2,1 gr;Kalc:275,19 gr</i>	<i>En: 4588 kj /1092 kc; Feh:42,8 gr; Szh:150gr;Cuk:10,4gr;Só:2,1gr;Zsír:33,5 gr; Tzs:9,9 gr;Kalc:230,26 gr</i>	<i>En: 4650 kj /1107 kc; Feh:44 gr; Szh:127gr;Cuk:33,2gr;Só:2,7gr;Zsír:84 gr; Tzs:5,4 gr;Kalc:398,9 gr</i>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfítok; 13:Csillagfű; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

Heti étlap: 2022.10.17. - 2022.10.21. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Törökszentmiklós Városi Önkormányzat Főző- és Tálalókonyhák, 5200 Törökszentmiklós, Kossuth L. út 135.

2022.10.17. hétfő	2022.10.18. kedd	2022.10.19. szerda	2022.10.20. csütörtök	2022.10.21. péntek	2022.10.22. szombat
-------------------	------------------	--------------------	-----------------------	--------------------	---------------------

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfidok; 13:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: