

## Heti étlap: 2022.10.10. - 2022.10.14. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2022.10.10. hétfő	2022.10.11. kedd	2022.10.12. szerda	2022.10.13. csütörtök	2022.10.14. péntek	2022.10.15. szombat
<b>T í z ó r a i</b>	<b>Karamell *7*</b> <b>Kifli *1,7*</b> <b>Vajkrém *7*</b>  <i>En: 1429 kj /340 kc; Feh: 10,2 gr;                      Szh:49gr;Cuk:15gr;Só:1,2 gr;                      Zsír:11,6gr;Tzs:0gr;Kalc:310 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Citromos tea</b> <b>Tavaszi felvágott *7,9,10*</b> <b>Csészes margarin *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű zsemle *1*</b> <b>Kígyóborka</b>  <i>En: 1607 kj /383 kc; Feh: 11,5 gr;                      Szh:69gr;Cuk:15,4gr;Só:0,1 gr;                      Zsír:16,3gr;Tzs:0,9gr;Kalc:28,9 gr</i>  Glutén, Tej, Zeller, Mustár	<b>Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*</b> <b>Fatörzskifli *1,3,6,7*</b>  <i>En: 1393 kj /332 kc; Feh: 12 gr;                      Szh:46gr;Cuk:0gr;Só:0 gr;                      Zsír:10,6gr;Tzs:0gr;Kalc:260 gr</i>  Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	<b>Citromos tea</b> <b>Sertésvirli *6,9,10,12*</b> <b>Mustár *10*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b>  <i>En: 1351 kj /322 kc; Feh: 13,3 gr;                      Szh:20gr;Cuk:15,8gr;Só:1,3 gr;                      Zsír:13,1gr;Tzs:3,3gr;Kalc:13,4 gr</i>  Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár, Szulfítok	<b>Tejescaké *7*</b> <b>Kuglóf *1,3,7*</b>  <i>En: 1443 kj /344 kc; Feh: 9,2 gr;                      Szh:59gr;Cuk:15,2gr;Só:0,2 gr;                      Zsír:7,9gr;Tzs:0gr;Kalc:228,02 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej	
<b>E b é d</b>	<b>Daragaluska-leves *1,3,7,9*</b> <b>Vegyes gyümölcszós *1,3,7*</b> <b>Pan.Csirkemell *1,3,6*</b>  <i>En: 1847 kj /440 kc; Feh: 21,5 gr;                      Szh:54gr;Cuk:14gr;Só:1,3 gr;                      Zsír:15,8gr;Tzs:0gr;Kalc:66,93 gr</i>  Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	<b>Palóclevés *1,3,7,9*</b> <b>Mákos metélt *1,3*</b> <b>Körte</b>  <i>En: 3065 kj /730 kc; Feh: 27,2 gr;                      Szh:111gr;Cuk:19,9gr;Só:0,8 gr;                      Zsír:20,2gr;Tzs:0gr;Kalc:393,22 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller	<b>Burgonyagombóc leves *1,3,6,7,9,10*</b> <b>Székelykáposzta *1,7*</b>  <i>En: 1524 kj /363 kc; Feh: 22,4 gr;                      Szh:35gr;Cuk:0gr;Só:1,5 gr;                      Zsír:15,1gr;Tzs:0gr;Kalc:242,51 gr</i>  Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	<b>Zöldséglevés *1,3,7,9*</b> <b>Tökfőzelék *1,7*</b> <b>Natúrselet *1*</b>  <i>En: 1634 kj /389 kc; Feh: 23,7 gr;                      Szh:39gr;Cuk:6,1gr;Só:1,4 gr;                      Zsír:16,1gr;Tzs:0gr;Kalc:147,83 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller	<b>Gombaleves *1,3,7,9*</b> <b>Sertésrizottó *7*</b> <b>Csemege uborka édesítővel *12*</b>  <i>En: 2503 kj /596 kc; Feh: 27,2 gr;                      Szh:76gr;Cuk:0gr;Só:2,3 gr;                      Zsír:20,8gr;Tzs:0gr;Kalc:171,46 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szulfítok	
<b>U z s o n n a</b>	<b>Sajtkrém *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Kaliforniai paprika</b>  <i>En: 1159 kj /276 kc; Feh: 6,2 gr;                      Szh:24gr;Cuk:0gr;Só:0,8 gr;                      Zsír:18gr;Tzs:8gr;Kalc:55,65 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Sertés májkrém *6,10*</b> <b>Paradicsom</b>  <i>En: 934 kj /222 kc; Feh: 8,1 gr;                      Szh:8gr;Cuk:0,4gr;Só:0,8 gr;                      Zsír:5,7gr;Tzs:2,1gr;Kalc:12,6 gr</i>  Glutén, Szójabab, Mustár	<b>Turista felvágott *1,6*</b> <b>Csészes margarin *7*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Zöldpaprika</b>  <i>En: 1179 kj /281 kc; Feh: 12,7 gr;                      Szh:4gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr;                      Zsír:21,7gr;Tzs:0,9gr;Kalc:18,4 gr</i>  Glutén, Szójabab, Tej	<b>Magyaros vajkrém *7*</b> <b>Rozskenyér *1*</b> <b>Alma</b>  <i>En: 925 kj /220 kc; Feh: 5,6 gr;                      Szh:41gr;Cuk:0,4gr;Só:0,9 gr;                      Zsír:4,4gr;Tzs:2gr;Kalc:40,8 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Tojáskrém *3,7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Zöldhagyma</b>  <i>En: 1062 kj /253 kc; Feh: 8,3 gr;                      Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,8 gr;                      Zsír:7,5gr;Tzs:4,1gr;Kalc:92,54 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej	
	<i>En: 4435 kj /1056 kc; Feh:37,8 gr;                      Szh:127gr;Cuk:29gr;Só:3,3gr;Zsír:45,4 gr;                      Tzs:8 gr;Kalc:432,58 gr</i>	<i>En: 5606 kj /1335 kc; Feh:46,8 gr;                      Szh:188gr;Cuk:35,7gr;Só:1,7gr;Zsír:42,2 gr;                      Tzs:3 gr;Kalc:434,72 gr</i>	<i>En: 4097 kj /975 kc; Feh:47,1 gr;                      Szh:85gr;Cuk:0gr;Só:2,2gr;Zsír:47,4 gr;                      Tzs:0,9 gr;Kalc:520,91 gr</i>	<i>En: 3910 kj /931 kc; Feh:42,6 gr;                      Szh:100gr;Cuk:22,3gr;Só:3,6gr;Zsír:33,6 gr;                      Tzs:5,3 gr;Kalc:202,03 gr</i>	<i>En: 5008 kj /1192 kc; Feh:44,6 gr;                      Szh:159gr;Cuk:15,2gr;Só:3,2gr;Zsír:36,2 gr;                      Tzs:4,1 gr;Kalc:492,02 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:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

**Heti étlap: 2022.10.10. - 2022.10.14. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

2022.10.10. hétfő	2022.10.11. kedd	2022.10.12. szerda	2022.10.13. csütörtök	2022.10.14. péntek	2022.10.15. 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: