

Heti étlap: 2022.11.21. - 2022.11.25. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2022.11.21. hétfő	2022.11.22. kedd	2022.11.23. szerda	2022.11.24. csütörtök	2022.11.25. péntek	2022.11.26. szombat
T í z ó r a i	<p>Kakaó *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Vajkrém *7*</p> <p><i>En: 1495 kj /356 kc; Feh: 11,4 gr; Szh:52gr;Cuk:15gr;Só:0,8 gr; Zsír:11,5gr;Tzs:0gr;Kalc:276,92 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Citromos tea Párizsi krém *1,6,7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Retek</p> <p><i>En: 1485 kj /353 kc; Feh: 7,9 gr; Szh:45gr;Cuk:15,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:13,2gr;Tzs:6,7gr;Kalc:25,39 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Citromos tea Kenőmájás *1,6* Rozskenyér *1* Kigyóuborka</p> <p><i>En: 1117 kj /266 kc; Feh: 7,9 gr; Szh:41gr;Cuk:15,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:7,7gr;Tzs:0gr;Kalc:27,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	<p>Citromos tea Zala felvágott *1,6* Csészés margarin *7* Félbarna kenyér *1* Zöldpaprika</p> <p><i>En: 1295 kj /308 kc; Feh: 9 gr; Szh:20gr;Cuk:15,4gr;Só:0,7 gr; Zsír:17,5gr;Tzs:0,9gr;Kalc:18 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Tejeskávé *7* Fatörzskifli *1,3,6,7*</p> <p><i>En: 1132 kj /270 kc; Feh: 8,4 gr; Szh:42gr;Cuk:15,2gr;Só:0 gr; Zsír:7,5gr;Tzs:0gr;Kalc:227,02 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	
E b b é d	<p>Gombaleves *1,3,7,9* Brokkolis-sonkás rakott tészta *1,3,7*</p> <p><i>En: 2252 kj /536 kc; Feh: 28 gr; Szh:67gr;Cuk:0gr;Só:1 gr; Zsír:20,3gr;Tzs:2,6gr;Kalc:325,46 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Ívólé Zsemle *1* Sonkaszalámi *1* Csészés margarin *7* Csemege uborka édesítővel *12*</p> <p><i>En: 2176 kj /518 kc; Feh: 18,4 gr; Szh:81gr;Cuk:18gr;Só:2,1 gr; Zsír:29,1gr;Tzs:1,8gr;Kalc:18,2 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p>Csontleves *1,3,7,9* Meggy mártás *1,3,7* Főtt darálthús</p> <p><i>En: 1711 kj /407 kc; Feh: 22,3 gr; Szh:50gr;Cuk:16gr;Só:1,2 gr; Zsír:13,2gr;Tzs:0gr;Kalc:103,61 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Húsos zöldborsóleves *1,3,7,9* Tejbedara *1,7* Narancs</p> <p><i>En: 2514 kj /599 kc; Feh: 27,8 gr; Szh:91gr;Cuk:27,9gr;Só:1,5 gr; Zsír:14,2gr;Tzs:0gr;Kalc:454,77 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Karfiolleves *1,3,7,9* Szavolyai szelet *1,7* Vegyes savanyúság</p> <p><i>En: 2454 kj /584 kc; Feh: 28,1 gr; Szh:80gr;Cuk:10gr;Só:1 gr; Zsír:17,5gr;Tzs:0gr;Kalc:201,71 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	
U z s o n n a	<p>Turista felvágott *1,6* Félbarna kenyér *1* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 1070 kj /255 kc; Feh: 11 gr; Szh:3gr;Cuk:0gr;Só:0,6 gr; Zsír:20,1gr;Tzs:0,9gr;Kalc:16,4 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Fokhagymás hosszúzsemle *1,7* Alma</p> <p><i>En: 189 kj /45 kc; Feh: 0,6 gr; Szh:10gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,6gr;Tzs:0gr;Kalc:15 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Trappista sajt *7* Félbarna kenyér *1* Csészés margarin *7* Savanyított káposzta</p> <p><i>En: 949 kj /226 kc; Feh: 8,6 gr; Szh:4gr;Cuk:0gr;Só:0,6 gr; Zsír:20,6gr;Tzs:1,2gr;Kalc:164,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Főtt kemény tojás *3* Teljes kiörlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Zöldhagyma</p> <p><i>En: 1002 kj /239 kc; Feh: 9,6 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,8 gr; Zsír:13,1gr;Tzs:0,9gr;Kalc:101,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	<p>Magyaros vajkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 768 kj /183 kc; Feh: 5,7 gr; Szh:25gr;Cuk:0,5gr;Só:0,9 gr; Zsír:4,7gr;Tzs:2,6gr;Kalc:15,5 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
	<p><i>En: 4816 kj /1147 kc; Feh:50,4 gr;Szh:122gr;Cuk:15gr;Só:2,4gr;Zsír:51,9 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:618,78 gr</i></p>	<p><i>En: 3850 kj /917 kc; Feh:26,9 gr;Szh:137gr;Cuk:33,4gr;Só:3,3gr;Zsír:42,8 gr;Tzs:8,5 gr;Kalc:58,59 gr</i></p>	<p><i>En: 3777 kj /899 kc; Feh:38,7 gr;Szh:94gr;Cuk:31,4gr;Só:2,9gr;Zsír:41,4 gr;Tzs:1,2 gr;Kalc:296,01 gr</i></p>	<p><i>En: 4811 kj /1145 kc; Feh:46,5 gr;Szh:135gr;Cuk:43,3gr;Só:3,1gr;Zsír:44,8 gr;Tzs:1,8 gr;Kalc:574,57 gr</i></p>	<p><i>En: 4354 kj /1037 kc; Feh:42,2 gr;Szh:147gr;Cuk:25,7gr;Só:1,9gr;Zsír:29,8 gr;Tzs:2,6 gr;Kalc:444,23 gr</i></p>	

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: 2022.11.21. - 2022.11.25. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

2022.11.21. hétfő	2022.11.22. kedd	2022.11.23. szerda	2022.11.24. csütörtök	2022.11.25. péntek	2022.11.26. 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: