

Heti étlap: 2022.11.07. - 2022.11.11. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2022.11.07. hétfő	2022.11.08. kedd	2022.11.09. szerda	2022.11.10. csütörtök	2022.11.11. péntek	2022.11.12. szombat
T í z ó r a i	Karamell *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1098 kj /262 kc; Feh: 8,4 gr; Szh:38gr;Cuk:15gr;Só:0,4 gr; Zsír:17,8gr;Tzs:0,9gr;Kalc:261,4 gr</i> Glutén, Tej	Citromos tea Tavaszi felvágott *7,9,10* Teljes kiörlésű zsemle *1* Csészés margarin *7* Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 632 kj /150 kc; Feh: 3,3 gr; Szh:19gr;Cuk:15,4gr;Só:0,1 gr; Zsír:15,6gr;Tzs:0,9gr;Kalc:14,03 gr</i> Glutén, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7* Babapiskóta *1,3,7* <i>En: 1230 kj /293 kc; Feh: 11,5 gr; Szh:39gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:0gr;Kalc:240 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Citromos tea Magyaros vajkrém *7* Félbarna kenyér *1* Alma <i>En: 1007 kj /240 kc; Feh: 4,7 gr; Szh:26gr;Cuk:15,9gr;Só:0,4 gr; Zsír:4,9gr;Tzs:2,6gr;Kalc:22 gr</i> Glutén, Tej	Citromos tea Sonkaszalámi *1* Csészés margarin *7* Félbarna kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 1078 kj /257 kc; Feh: 9,4 gr; Szh:18gr;Cuk:15,4gr;Só:0,4 gr; Zsír:14,4gr;Tzs:0,9gr;Kalc:17 gr</i> Glutén, Tej	
E b é d	Burgonyagombóc leves *1,3,6,7,9,10* Rakott káposzta *3,4,6,7,9* <i>En: 1766 kj /420 kc; Feh: 21,5 gr; Szh:44gr;Cuk:0,1gr;Só:1,6 gr; Zsír:18gr;Tzs:0gr;Kalc:289,49 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Brokkoli krémleves *1,3,7,9* Bolognai spagetti *1,3,7,9* <i>En: 2637 kj /628 kc; Feh: 32,4 gr; Szh:66gr;Cuk:1,3gr;Só:1,3 gr; Zsír:27,4gr;Tzs:0gr;Kalc:357,92 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Almaleves *1,3,7* Sertéspörkölt *3,4,6,7,9* Burgonya Csemege uborka édesítővel *12* <i>En: 2233 kj /532 kc; Feh: 22,8 gr; Szh:76gr;Cuk:20gr;Só:2,2 gr; Zsír:15,3gr;Tzs:0gr;Kalc:94,87 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok	Tyúkhúsleves *1,3,7,9* Zöldbabfőzelék *1,7* Sült csirkecomb <i>En: 1690 kj /402 kc; Feh: 33,5 gr; Szh:32gr;Cuk:5gr;Só:1 gr; Zsír:16,7gr;Tzs:0gr;Kalc:146,64 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tárkonyos raguleves *1,3,6,7,9,10* Túrós guba Banán <i>En: 1653 kj /394 kc; Feh: 19,4 gr; Szh:60gr;Cuk:0,6gr;Só:0,7 gr; Zsír:11gr;Tzs:0,3gr;Kalc:256,02 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
U z s o n n a	Szendvicsszén *1,3,6,7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kígyóuborka <i>En: 1035 kj /246 kc; Feh: 7,3 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,9 gr; Zsír:10,5gr;Tzs:5,2gr;Kalc:22,74 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	Kenőmájás *1,6* Félbarna kenyér *1* Retek <i>En: 897 kj /213 kc; Feh: 8,3 gr; Szh:3gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr; Zsír:7,5gr;Tzs:0gr;Kalc:20 gr</i> Glutén, Szójabab	Turista felvágott *1,6* Rozskenyér *1* Csészés margarin *7* Körte <i>En: 1264 kj /301 kc; Feh: 11 gr; Szh:38gr;Cuk:0gr;Só:1 gr; Zsír:20,7gr;Tzs:0,9gr;Kalc:34,2 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej	Joghurt *7* Korpás kifli *1,7* <i>En: 899 kj /214 kc; Feh: 6,9 gr; Szh:23gr;Cuk:14,6gr;Só:0,5 gr; Zsír:2,8gr;Tzs:0gr;Kalc:155 gr</i> Glutén, Tej	Sajtkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1319 kj /314 kc; Feh: 8,4 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,8 gr; Zsír:18,4gr;Tzs:8gr;Kalc:125,55 gr</i> Glutén, Tej	
	<i>En: 3899 kj /928 kc; Feh:37,1 gr; Szh:106gr;Cuk:15,1gr;Só:2,9gr;Zsír:46,3 gr; Tzs:6,1 gr;Kalc:573,63 gr</i>	<i>En: 4166 kj /992 kc; Feh:44,1 gr; Szh:88gr;Cuk:16,7gr;Só:2gr;Zsír:50,5 gr; Tzs:0,9 gr;Kalc:391,95 gr</i>	<i>En: 4726 kj /1125 kc; Feh:45,3 gr; Szh:154gr;Cuk:20gr;Só:3,2gr;Zsír:46,1 gr; Tzs:0,9 gr;Kalc:369,07 gr</i>	<i>En: 3597 kj /856 kc; Feh:45,1 gr; Szh:81gr;Cuk:35,6gr;Só:1,9gr;Zsír:24,4 gr; Tzs:2,6 gr;Kalc:323,64 gr</i>	<i>En: 4050 kj /964 kc; Feh:37,1 gr; Szh:102gr;Cuk:16,1gr;Só:1,8gr;Zsír:43,8 gr; Tzs:9,2 gr;Kalc:398,57 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: 2022.11.07. - 2022.11.11. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

2022.11.07. hétfő	2022.11.08. kedd	2022.11.09. szerda	2022.11.10. csütörtök	2022.11.11. péntek	2022.11.12. 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: