

Heti étlap: 2023.01.30. - 2023.02.03. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Törökszentmiklós Városi Bölcsőde és Főzőkonyha (Főzőkonyha), 5200 Törökszentmiklós, Oballai út HRSZ:8982

	2023.01.30. hétfő	2023.01.31. kedd	2023.02.01. szerda	2023.02.02. csütörtök	2023.02.03. péntek	2023.02.04. szombat
T í z ó r a i	<p>Kakaó *7* Félbarna kenyér *1* Vajkrém *7* Zöldpaprika</p> <p><i>En: 1570 kj /374 kc; Feh: 11 gr; Szh:30gr;Cuk:15gr;Só:0,6 gr; Zsír:13gr;Tzs:0gr;Kalc:255,52 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Citromos tea Tavaszi felvágott *7,9,10* Félbarna kenyér *1* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 1100 kj /262 kc; Feh: 6,7 gr; Szh:19gr;Cuk:15,4gr;Só:0,4 gr; Zsír:16gr;Tzs:0,9gr;Kalc:14,15 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p>Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7* Baromfi párizsi *1,6* Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Retek</p> <p><i>En: 1405 kj /335 kc; Feh: 14,8 gr; Szh:34gr;Cuk:0gr;Só:0,8 gr; Zsír:22,1gr;Tzs:0,9gr;Kalc:265,3 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Citromos tea Szendvicsskrém *1,3,6,7* Rozskenyér *1* Savanyított káposzta</p> <p><i>En: 1217 kj /290 kc; Feh: 6,2 gr; Szh:42gr;Cuk:15,4gr;Só:0,9 gr; Zsír:10,6gr;Tzs:5,2gr;Kalc:60,24 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Citromos tea Tejjes kiőrlésű zsömle *1* Magyaros vajkrém *7* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 1468 kj /350 kc; Feh: 9,6 gr; Szh:68gr;Cuk:15,9gr;Só:0,2 gr; Zsír:4,7gr;Tzs:2,6gr;Kalc:27,1 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
E b é d	<p>Csontleves *1,3,7,9* Zöldborsófőzelék *1,7* Rántott sertésszelet *1,3,11*</p> <p><i>En: 2213 kj /527 kc; Feh: 28,8 gr; Szh:63gr;Cuk:5gr;Só:1,8 gr; Zsír:17,1gr;Tzs:0gr;Kalc:160,44 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag</i></p>	<p>Almaleves *1,3,7* Rakott tarhonya kolbásszal *1,3,6,7,9,10,12* Vegyes savanyúság</p> <p><i>En: 3127 kj /744 kc; Feh: 19,5 gr; Szh:95gr;Cuk:30gr;Só:1,4 gr; Zsír:26,4gr;Tzs:0gr;Kalc:190,47 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok</i></p>	<p>Brokkoli krémleves *1,3,7,9* Temesvári tokány *7* Rizs Szilva befőtt</p> <p><i>En: 2537 kj /604 kc; Feh: 25,6 gr; Szh:71gr;Cuk:0,1gr;Só:1,7 gr; Zsír:26gr;Tzs:0gr;Kalc:165,97 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Húsgaluska leves *1,3,7,9* Sajtos metélt *1,3,7* Alma</p> <p><i>En: 3082 kj /734 kc; Feh: 31,8 gr; Szh:85gr;Cuk:0gr;Só:1,1 gr; Zsír:30,3gr;Tzs:0gr;Kalc:355,51 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p>Tojásleves *1,3,7,9* Paradicsomos húsgombóc *1,3*</p> <p><i>En: 2136 kj /509 kc; Feh: 21,5 gr; Szh:60gr;Cuk:20gr;Só:1,1 gr; Zsír:19gr;Tzs:0gr;Kalc:48,42 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	
U z s o n n a	<p>Pizzáscsiga *1,7*</p> <p><i>En: 20 kj /5 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Mackósajt *7* Rozsos kifli *1* Alma</p> <p><i>En: 717 kj /171 kc; Feh: 5,8 gr; Szh:24gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:6gr;Tzs:9gr;Kalc:93 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Csészés margarin *7* Méz Félbarna kenyér *1*</p> <p><i>En: 839 kj /200 kc; Feh: 4,1 gr; Szh:15gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:12,4gr;Tzs:0,9gr;Kalc:12,55 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Félbarna kenyér *1* Csészés margarin *7* Turista felvágott *1,6* Savanyított káposzta</p> <p><i>En: 1095 kj /261 kc; Feh: 11,4 gr; Szh:4gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr; Zsír:20,2gr;Tzs:0,9gr;Kalc:46,7 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Házi csirkemáj pástétom *7* Félbarna kenyér *1* Zöldhagyma</p> <p><i>En: 968 kj /230 kc; Feh: 9,3 gr; Szh:4gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:9,3gr;Tzs:2,9gr;Kalc:85,38 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
	<p><i>En: 3803 kj /906 kc; Feh:39,9 gr; Szh:94gr;Cuk:20gr;Só:2,4gr;Zsír:30,4 gr; Tzs:0 gr;Kalc:415,96 gr</i></p>	<p><i>En: 4943 kj /1177 kc; Feh:32 gr; Szh:137gr;Cuk:45,4gr;Só:1,9gr;Zsír:48,4 gr; Tzs:9,9 gr;Kalc:297,62 gr</i></p>	<p><i>En: 4781 kj /1138 kc; Feh:44,4 gr; Szh:120gr;Cuk:0,1gr;Só:2,8gr;Zsír:60,4 gr; Tzs:1,8 gr;Kalc:443,82 gr</i></p>	<p><i>En: 5395 kj /1284 kc; Feh:49,4 gr; Szh:130gr;Cuk:15,4gr;Só:2,7gr;Zsír:61 gr; Tzs:6,1 gr;Kalc:462,45 gr</i></p>	<p><i>En: 4572 kj /1089 kc; Feh:40,3 gr; Szh:132gr;Cuk:35,9gr;Só:1,7gr;Zsír:33,1 gr; Tzs:5,5 gr;Kalc:160,91 gr</i></p>	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: