

Heti étlap: 2023.03.13. - 2023.03.17. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.03.13. hétfő	2023.03.14. kedd	2023.03.15. szerda	2023.03.16. csütörtök	2023.03.17. péntek	2023.03.18. szombat	
T í z ó r a i	Karamell *7* Magvas kifli *1,11* Csészés margarin *7* <i>En: 1210 kj /288 kc; Feh: 10,2 gr; Szh:41gr;Cuk:15gr;Só:0,1 gr; Zsír:18,4gr;Tzs:0,9gr;Kalc:282,3 gr</i> Glutén, Tej, Szezámag	Citromos tea Kakaós csiga *1,3,7* <i>En: 813 kj /194 kc; Feh: 2,4 gr; Szh:31gr;Cuk:18,5gr;Só:0,3 gr; Zsír:12gr;Tzs:0gr;Kalc:0,6 gr</i> Glutén, Tojás, Tej		Citromos tea Turista felvágott *1,6* Teljes kiőrlésű zsemle *1* Csészés margarin *7* Kigyóborka <i>En: 1322 kj /315 kc; Feh: 11,7 gr; Szh:42gr;Cuk:15,4gr;Só:0,3 gr; Zsír:20gr;Tzs:0,9gr;Kalc:20,4 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej	Tejeskávé *7* Sajtosrúd *1,3,7* <i>En: 1330 kj /317 kc; Feh: 8,7 gr; Szh:44gr;Cuk:17,6gr;Só:0,1 gr; Zsír:16,9gr;Tzs:6,3gr;Kalc:242,02 gr</i> Glutén, Tojás, Tej		
E b é d	Zellerkrémleves *1,3,7,9* Lasagne *1,3,7* Alma <i>En: 2600 kj /619 kc; Feh: 35,6 gr; Szh:59gr;Cuk:0gr;Só:1,6 gr; Zsír:26,5gr;Tzs:0gr;Kalc:417,98 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	ABC téstaleves *1,3,7,9* Fejtett babfőzelék *1,7* Petőfi szelet *1* <i>En: 2546 kj /606 kc; Feh: 33,2 gr; Szh:77gr;Cuk:6,1gr;Só:1,6 gr; Zsír:18,3gr;Tzs:0gr;Kalc:113,39 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller		Gulyásleves *1,3,7,9* Túrós metélt *1,3,7* Banán <i>En: 3066 kj /730 kc; Feh: 32,9 gr; Szh:93gr;Cuk:19,9gr;Só:1,9 gr; Zsír:26,2gr;Tzs:0gr;Kalc:152,8 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Zöldborsóleves *1,3,7,9* Olaszos csirkecomb *7* Burgonyapüré *7* Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 2571 kj /612 kc; Feh: 43,8 gr; Szh:73gr;Cuk:0,1gr;Só:1,5 gr; Zsír:16,6gr;Tzs:0gr;Kalc:289,83 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szulfítok		
U z s o n n a	Kenőmájas *1,6* Rozskenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 869 kj /207 kc; Feh: 9,1 gr; Szh:16gr;Cuk:0gr;Só:0,9 gr; Zsír:9gr;Tzs:0gr;Kalc:87 gr</i> Glutén, Szójabab	Sajtkrém *7* Piros retek Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 1220 kj /291 kc; Feh: 7,4 gr; Szh:26gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:18,2gr;Tzs:8gr;Kalc:53,55 gr</i> Glutén, Tej		Magyaros vajkrém *7* Kaliforniai paprika Félbarna kenyér *1* <i>En: 671 kj /160 kc; Feh: 4,8 gr; Szh:3gr;Cuk:0,4gr;Só:0,4 gr; Zsír:3,5gr;Tzs:2gr;Kalc:13,9 gr</i> Glutén, Tej	Sonkakrém *7* Magvaskenyér *1,6,11* Savanyított káposzta <i>En: 1064 kj /253 kc; Feh: 8,8 gr; Szh:28gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:17,7gr;Tzs:5,6gr;Kalc:77,6 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Szezámag		
	<i>En: 4680 kj /1114 kc; Feh:55 gr; Szh:115gr;Cuk:15gr;Só:2,5gr;Zsír:53,9 gr; Tzs:0,9 gr;Kalc:787,28 gr</i>	<i>En: 4579 kj /1090 kc; Feh:43 gr; Szh:134gr;Cuk:24,6gr;Só:2,2gr;Zsír:48,5 gr; Tzs:8 gr;Kalc:167,54 gr</i>		<i>En: 5060 kj /1205 kc; Feh:49,3 gr; Szh:139gr;Cuk:35,7gr;Só:2,6gr;Zsír:49,7 gr; Tzs:2,9 gr;Kalc:187,1 gr</i>	<i>En: 4966 kj /1182 kc; Feh:61,2 gr; Szh:145gr;Cuk:17,7gr;Só:1,8gr;Zsír:51,3 gr; Tzs:11,9 gr;Kalc:609,46 gr</i>		

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:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: