

Heti étlap: 2023.03.20. - 2023.03.24. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.03.20. hétfő	2023.03.21. kedd	2023.03.22. szerda	2023.03.23. csütörtök	2023.03.24. péntek	2023.03.25. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Fatörzskifli *1,3,6,7* <i>En: 734 kj /175 kc; Feh: 6,3 gr; Szh:25gr;Cuk:15gr;Só:0 gr; Zsír:5,9gr;Tzs:0gr;Kalc:241,92 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	Citromos tea Zala felvágott *1,6* Vajkrém *7* Teljes kiőrlésű zsemle *1* Piros retek <i>En: 831 kj /198 kc; Feh: 5,9 gr; Szh:21gr;Cuk:15,4gr;Só:0,5 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:0gr;Kalc:1,7 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej	Citromos tea Sertésvirslit *6,9,10,12* Mustár *10* Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 811 kj /193 kc; Feh: 5,4 gr; Szh:32gr;Cuk:15,4gr;Só:1,2 gr; Zsír:3,6gr;Tzs:0gr;Kalc:7,2 gr</i> Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár, Szulfítok	Citromos tea Kolbászkрем *1,6,7,9,10,12* Rozskenyér *1* Kígyóborka <i>En: 1239 kj /295 kc; Feh: 5,2 gr; Szh:41gr;Cuk:15,4gr;Só:0,9 gr; Zsír:16,3gr;Tzs:5,1gr;Kalc:29,79 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	Tejescsésze *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Csészes margarin *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1372 kj /327 kc; Feh: 10,2 gr; Szh:51gr;Cuk:15,2gr;Só:0,7 gr; Zsír:21,5gr;Tzs:1,2gr;Kalc:256,52 gr</i> Glutén, Tej	
E b é d	Gyümölcsleves *1,3,7* Bácsi rizses húsgombóc *3,4,6,7,9* Káposztával t paprika *12* <i>En: 2783 kj /663 kc; Feh: 24,5 gr; Szh:94gr;Cuk:20,1gr;Só:0,9 gr; Zsír:20,8gr;Tzs:0gr;Kalc:74,48 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok	Babgulyás *1,3,7,9* Tejbedara *1,7* Narancs <i>En: 3209 kj /764 kc; Feh: 35,1 gr; Szh:112gr;Cuk:27,9gr;Só:1 gr; Zsír:20,2gr;Tzs:0gr;Kalc:506,78 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Magyaros burgonyaleves *1,3,7,9* Finomfőzelék *1,7* Fasírt *1,3* <i>En: 2234 kj /532 kc; Feh: 23,9 gr; Szh:43gr;Cuk:5gr;Só:1,1 gr; Zsír:29,6gr;Tzs:0gr;Kalc:77,74 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Karfiolleves *1,3,7,9* Hortobágyi sertésragu *3,4,6,7,9* Tésztaköret *1,3* Csemege uborka édesítővel *12* <i>En: 2003 kj /477 kc; Feh: 27,3 gr; Szh:61gr;Cuk:0,1gr;Só:1,9 gr; Zsír:14gr;Tzs:0gr;Kalc:100,54 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok	Húsleves *1,3,7,9* Sós kamartás burgonya *1,7* Párolt csirkemell <i>En: 1653 kj /394 kc; Feh: 30,3 gr; Szh:58gr;Cuk:10gr;Só:0,5 gr; Zsír:5,5gr;Tzs:0gr;Kalc:190,57 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
U z s o n n a	Pulykasonka Csészes margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Alma <i>En: 1005 kj /239 kc; Feh: 9,6 gr; Szh:35gr;Cuk:0gr;Só:1 gr; Zsír:13,8gr;Tzs:0,9gr;Kalc:27,8 gr</i> Glutén, Tej	Sertés májkrém *6,10* Félbarna kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1023 kj /244 kc; Feh: 9,7 gr; Szh:8gr;Cuk:0,4gr;Só:0,8 gr; Zsír:5,9gr;Tzs:2,1gr;Kalc:82 gr</i> Glutén, Szójabab, Mustár	Félbarna kenyér *1* Csészes margarin *7* Lekvár <i>En: 929 kj /221 kc; Feh: 4,1 gr; Szh:18gr;Cuk:12,1gr;Só:0,4 gr; Zsír:12,4gr;Tzs:0,9gr;Kalc:14,3 gr</i> Glutén, Tej	Házi gyümölcsös joghurt *7* Kifli *1,7* <i>En: 1037 kj /247 kc; Feh: 8,2 gr; Szh:40gr;Cuk:15,8gr;Só:1 gr; Zsír:6gr;Tzs:3,2gr;Kalc:70 gr</i> Glutén, Tej	Tojáskrém *3,7* Magvaskenyér *1,6,11* Savanyított káposzta <i>En: 1030 kj /245 kc; Feh: 8,7 gr; Szh:28gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:12gr;Tzs:4,4gr;Kalc:83,04 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Szezámag	
	<i>En: 4522 kj /1077 kc; Feh:40,4 gr; Szh:154gr;Cuk:35,1gr;Só:1,9gr;Zsír:40,5 gr; Tzs:0,9 gr;Kalc:344,2 gr</i>	<i>En: 5063 kj /1206 kc; Feh:50,7 gr; Szh:141gr;Cuk:43,7gr;Só:2,3gr;Zsír:36,2 gr; Tzs:2,1 gr;Kalc:590,48 gr</i>	<i>En: 3973 kj /946 kc; Feh:33,5 gr; Szh:93gr;Cuk:32,6gr;Só:2,7gr;Zsír:45,5 gr; Tzs:0,9 gr;Kalc:99,24 gr</i>	<i>En: 4279 kj /1019 kc; Feh:40,6 gr; Szh:141gr;Cuk:31,4gr;Só:3,7gr;Zsír:36,3 gr; Tzs:8,3 gr;Kalc:200,33 gr</i>	<i>En: 4056 kj /966 kc; Feh:49,2 gr; Szh:137gr;Cuk:25,2gr;Só:1,3gr;Zsír:39,1 gr; Tzs:5,6 gr;Kalc:530,13 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:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: