

## Heti étlap: 2023.05.01. - 2023.05.05. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.05.01. hétfő	2023.05.02. kedd	2023.05.03. szerda	2023.05.04. csütörtök	2023.05.05. péntek	2023.05.06. szombat
<b>T í z ó r a i</b>		<b>Vaniliás tej *7*</b> <b>Teljes kiörlésű kenyér *1*</b> <b>Vajkrém *7*</b> <b>Retek</b>  <i>En: 934 kj /222 kc; Feh: 11,4 gr;                      Szh:34gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr;                      Zsír:11,3gr;Tzs:0gr;Kalc:258,5 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Kakaó *7*</b> <b>Baromfi párizsi *1,6*</b> <b>Rozskenyér *1*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Kigyóuborka</b>  <i>En: 1334 kj /318 kc; Feh: 13,8 gr;                      Szh:51gr;Cuk:15gr;Só:1,2 gr;                      Zsír:16,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:273,22 gr</i>  Glutén, Szójabab, Tej	<b>Citromos tea</b> <b>Trappista sajt *7*</b> <b>Teljes kiörlésű zsemle *1*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Póréhagyma</b>  <i>En: 1145 kj /273 kc; Feh: 12,8 gr;                      Szh:42gr;Cuk:15,1gr;Só:0,4 gr;                      Zsír:14,4gr;Tzs:6,6gr;Kalc:279,5 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Tejescsészés *7*</b> <b>Búzakorpás diákrúd *1,7*</b> <b>Csészés margarin *7*</b>  <i>En: 1142 kj /272 kc; Feh: 11,6 gr;                      Szh:48gr;Cuk:10,3gr;Só:0,7 gr;                      Zsír:14,9gr;Tzs:2gr;Kalc:314,42 gr</i>  Glutén, Tej	
<b>E b é d</b>		<b>Burgonyaleves virslivel *1,3,6,7,9,10,12*</b> <b>Mákos metélt *1,3*</b> <b>Banán</b>  <i>En: 2940 kj /700 kc; Feh: 20,6 gr;                      Szh:119gr;Cuk:20,2gr;Só:2,5 gr;                      Zsír:23,4gr;Tzs:1,6gr;Kalc:461,93 gr</i>  Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	<b>Húsleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Székelykáposzta *1,7*</b>  <i>En: 1341 kj /319 kc; Feh: 22,5 gr;                      Szh:24gr;Cuk:0,2gr;Só:1,1 gr;                      Zsír:15gr;Tzs:0gr;Kalc:237,42 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	<b>Tojásleves *1,3,7,9*</b> <b>Zöldbabfőzelék *1,7*</b> <b>Sült csirkecomb</b>  <i>En: 1926 kj /458 kc; Feh: 35,4 gr;                      Szh:31gr;Cuk:5gr;Só:0,9 gr;                      Zsír:22,9gr;Tzs:0gr;Kalc:197,5 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller	<b>Zöldségleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Szavolyai szelet *1,7*</b> <b>Káposztasaláta</b>  <i>En: 2266 kj /540 kc; Feh: 28,9 gr;                      Szh:79gr;Cuk:6gr;Só:1,3 gr;                      Zsír:13gr;Tzs:0gr;Kalc:238,45 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	
<b>U z s o n n a</b>		<b>Sonkaszalámi *1*</b> <b>Szezámagos zsemle *1,11*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Vegyesvágott savanyú *12*</b>  <i>En: 582 kj /138 kc; Feh: 6,7 gr;                      Szh:16gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr;                      Zsír:9,6gr;Tzs:2,4gr;Kalc:14,83 gr</i>  Glutén, Tej, Szezám, Szulfítok	<b>Diós csiga *1,3,7,8*</b> <b>Alma</b>  <i>En: 1390 kj /331 kc; Feh: 8,2 gr;                      Szh:54gr;Cuk:0gr;Só:0 gr;                      Zsír:15,2gr;Tzs:0gr;Kalc:15 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Dió	<b>Főtt kemény tojás *3*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Zöldpaprika</b>  <i>En: 922 kj /219 kc; Feh: 6,9 gr;                      Szh:4gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr;                      Zsír:6,7gr;Tzs:1,5gr;Kalc:32,4 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej	<b>Sajtkrém *7*</b> <b>Teljes kiörlésű kenyér *1*</b> <b>Piros retek</b>  <i>En: 1193 kj /284 kc; Feh: 7,3 gr;                      Szh:26gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr;                      Zsír:16,1gr;Tzs:9,1gr;Kalc:53,55 gr</i>  Glutén, Tej	
		<i>En: 4456 kj /1061 kc; Feh:38,8 gr;                      Szh:169gr;Cuk:20,2gr;Só:3,6gr;Zsír:44,3 gr;                      Tzs:4 gr;Kalc:735,26 gr</i>	<i>En: 4065 kj /968 kc; Feh:44,6 gr;                      Szh:128gr;Cuk:15,2gr;Só:2,3gr;Zsír:46,5 gr;                      Tzs:1,5 gr;Kalc:525,64 gr</i>	<i>En: 3993 kj /951 kc; Feh:55,2 gr;                      Szh:77gr;Cuk:20,1gr;Só:1,7gr;Zsír:43,9 gr;                      Tzs:8,1 gr;Kalc:509,41 gr</i>	<i>En: 4601 kj /1095 kc; Feh:47,7 gr;                      Szh:153gr;Cuk:16,2gr;Só:2,3gr;Zsír:44 gr;                      Tzs:11,1 gr;Kalc:606,42 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: