

## Heti étlap: 2023.06.12. - 2023.06.16. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.06.12. hétfő	2023.06.13. kedd	2023.06.14. szerda	2023.06.15. csütörtök	2023.06.16. péntek	2023.06.17. szombat	
<b>T í z ó r a i</b>	<p><b>Kakaó *7*</b> <b>Zsemle *1*</b> <b>Csészes margarin *7*</b> <b>Zöldpaprika</b></p> <p><i>En: 1360 kj /324 kc; Feh: 11,8 gr; Szh:62gr;Cuk:29,5gr;Só:0,7 gr; Zsír:13,8gr;Tzs:1,5gr;Kalc:307,32 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Sertésvirslí *6,9,10,12*</b> <b>Ketchup</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b></p> <p><i>En: 1579 kj /376 kc; Feh: 11,6 gr; Szh:28gr;Cuk:22gr;Só:1,9 gr; Zsír:10,2gr;Tzs:3,2gr;Kalc:19,9 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár, Szulfítok</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Magyaros vajkrém *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű zsemle *1*</b> <b>Zöldhagyma</b></p> <p><i>En: 1586 kj /378 kc; Feh: 11,6 gr; Szh:69gr;Cuk:15,5gr;Só:0,1 gr; Zsír:4gr;Tzs:2gr;Kalc:96,4 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Kolbászkrem *1,6,7,9,10,12*</b> <b>Rozskenyér *1*</b> <b>Kígyóborka</b></p> <p><i>En: 1316 kj /313 kc; Feh: 5,2 gr; Szh:41gr;Cuk:15,2gr;Só:0,8 gr; Zsír:13,3gr;Tzs:4,9gr;Kalc:30,87 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok</i></p>	<p><b>Tejeskávé *7*</b> <b>Búzakorpás diákrúd *1,7*</b> <b>Vajkrém *7*</b> <b>Kaliforniai paprika</b></p> <p><i>En: 763 kj /182 kc; Feh: 12,1 gr; Szh:49gr;Cuk:20,8gr;Só:0,8 gr; Zsír:13,7gr;Tzs:0gr;Kalc:314,12 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>		
<b>E b é d</b>	<p><b>Tojásleves *1,3,7,9*</b> <b>Tököfzelék *1,7*</b> <b>Rántott sertésszelet *1,3,11*</b></p> <p><i>En: 1919 kj /457 kc; Feh: 23,8 gr; Szh:47gr;Cuk:8,8gr;Só:2,4 gr; Zsír:24,5gr;Tzs:0,1gr;Kalc:196,43 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag</i></p>	<p><b>Húsos zöldborsóleves *1,3,7,9*</b> <b>Tejbedara *1,7*</b> <b>Banán</b></p> <p><i>En: 2231 kj /531 kc; Feh: 30,2 gr; Szh:103gr;Cuk:41,8gr;Só:0,9 gr; Zsír:13,7gr;Tzs:0gr;Kalc:525,98 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i></p>	<p><b>Ivólé</b> <b>Dubarry szelet *1,7*</b> <b>Petrezselymes burgonya</b> <b>Vegyes savanyúság</b></p> <p><i>En: 2754 kj /656 kc; Feh: 29,1 gr; Szh:84gr;Cuk:30,4gr;Só:1,6 gr; Zsír:27,7gr;Tzs:5,8gr;Kalc:298,88 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p><b>Hamisgulyásleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Rakott káposzta *3,4,6,7,9*</b></p> <p><i>En: 1766 kj /420 kc; Feh: 21,2 gr; Szh:45gr;Cuk:0,5gr;Só:1,7 gr; Zsír:15,8gr;Tzs:0,7gr;Kalc:294,28 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p><b>Karfiolleves *1,3,7,9*</b> <b>Csikóstokány *1,7*</b> <b>Tésztaköret *1,3*</b> <b>Szilva befőtt</b></p> <p><i>En: 2342 kj /558 kc; Feh: 26,9 gr; Szh:64gr;Cuk:1,1gr;Só:1,9 gr; Zsír:18,3gr;Tzs:0,6gr;Kalc:99,87 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Mustár</i></p>		
<b>U z s o n n a</b>	<p><b>Olasz felvágott *1,6,7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Alma</b> <b>Csészes margarin *7*</b></p> <p><i>En: 1345 kj /320 kc; Feh: 8,7 gr; Szh:34gr;Cuk:0gr;Só:0,9 gr; Zsír:14,8gr;Tzs:1,5gr;Kalc:29,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	<p><b>Kenőmájás *1,6*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Kaliforniai paprika</b></p> <p><i>En: 731 kj /174 kc; Feh: 6 gr; Szh:20gr;Cuk:0,3gr;Só:0,8 gr; Zsír:5,1gr;Tzs:2gr;Kalc:13,4 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	<p><b>Sertéspárizsi *1,6,9,12*</b> <b>Csészes margarin *7*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Piros retek</b></p> <p><i>En: 1007 kj /240 kc; Feh: 8,2 gr; Szh:5gr;Cuk:0gr;Só:0,6 gr; Zsír:11gr;Tzs:1,5gr;Kalc:16,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok</i></p>	<p><b>Trappista sajt *7*</b> <b>Szezámagos zsemle *1,11*</b> <b>Csészes margarin *7*</b> <b>Alma</b></p> <p><i>En: 1225 kj /292 kc; Feh: 10,4 gr; Szh:37gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:11,6gr;Tzs:4,9gr;Kalc:171,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szezámag</i></p>	<p><b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Eper lekvár *3,7,10*</b> <b>Csészes margarin *7*</b></p> <p><i>En: 1063 kj /253 kc; Feh: 4,1 gr; Szh:22gr;Cuk:18,3gr;Só:0,3 gr; Zsír:6,4gr;Tzs:1,8gr;Kalc:11,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Eper</i></p>		
	<p><i>En: 4625 kj /1101 kc; Feh:44,3 gr;Szh:143gr;Cuk:38,3gr;Só:4gr;Zsír:53,2 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:533,55 gr</i></p>	<p><i>En: 4541 kj /1081 kc; Feh:47,8 gr;Szh:152gr;Cuk:64,1gr;Só:3,5gr;Zsír:28,9 gr;Tzs:5,3 gr;Kalc:559,28 gr</i></p>	<p><i>En: 5347 kj /1273 kc; Feh:48,8 gr;Szh:158gr;Cuk:45,9gr;Só:2,4gr;Zsír:42,8 gr;Tzs:9,3 gr;Kalc:412,08 gr</i></p>	<p><i>En: 4307 kj /1025 kc; Feh:36,8 gr;Szh:123gr;Cuk:15,7gr;Só:2,9gr;Zsír:40,7 gr;Tzs:10,5 gr;Kalc:496,95 gr</i></p>	<p><i>En: 4167 kj /992 kc; Feh:43,1 gr;Szh:134gr;Cuk:40,2gr;Só:3gr;Zsír:38,4 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:425,79 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: