

## Heti étlap: 2023.06.19. - 2023.06.23. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.06.19. hétfő	2023.06.20. kedd	2023.06.21. szerda	2023.06.22. csütörtök	2023.06.23. péntek	2023.06.24. szombat
<b>T í z ó r a i</b>	<p><b>Kakaó *7*</b> <b>Vajas kenyér *1,7*</b> <b>Zöldpaprika</b></p> <p><i>En: 1371 kj /327 kc; Feh: 11,4 gr; Szh:33gr;Cuk:29,6gr;Só:0,2 gr; Zsír:20gr;Tzs:6,9gr;Kalc:317,27 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Körözött *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű zsemle *1*</b> <b>Kígyóborka</b></p> <p><i>En: 1556 kj /371 kc; Feh: 14,3 gr; Szh:69gr;Cuk:15,1gr;Só:0,2 gr; Zsír:4,5gr;Tzs:0gr;Kalc:57,93 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Bundáskenyér *1,3*</b></p> <p><i>En: 893 kj /213 kc; Feh: 6 gr; Szh:18gr;Cuk:15,1gr;Só:0,2 gr; Zsír:2,7gr;Tzs:0gr;Kalc:25,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szulfítok</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Diákcsemege</b> <b>Piros retek</b></p> <p><i>En: 1857 kj /442 kc; Feh: 11 gr; Szh:42gr;Cuk:15,2gr;Só:1,2 gr; Zsír:23,8gr;Tzs:7,2gr;Kalc:17,7 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p><b>Tej (pasztőrözött; 2,8 %) *7*</b> <b>Kakaós csiga *1,3,7*</b></p> <p><i>En: 1226 kj /292 kc; Feh: 10,7 gr; Szh:41gr;Cuk:15,3gr;Só:0,6 gr; Zsír:29,6gr;Tzs:0gr;Kalc:240 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	
<b>E b é d</b>	<p><b>Almaleves *1,3,7,12*</b> <b>Tarhonyás hús *1,3,4,6,7,9*</b> <b>Csemege uborka édesítővel *11,12*</b></p> <p><i>En: 2587 kj /616 kc; Feh: 26,4 gr; Szh:87gr;Cuk:23,5gr;Só:2,3 gr; Zsír:13,8gr;Tzs:0,6gr;Kalc:135,63 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szezám, Szulfítok</i></p>	<p><b>Csontleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Hagymás burgonya</b> <b>Fasírt *1,3*</b> <b>Párolt káposzta</b></p> <p><i>En: 1942 kj /462 kc; Feh: 21,1 gr; Szh:57gr;Cuk:6,1gr;Só:1,4 gr; Zsír:15,4gr;Tzs:0gr;Kalc:64,54 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p><b>Ivólé</b> <b>Zsemle *1*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Sonkaszalámi *1*</b> <b>Vegyesvágott savanyú *12*</b></p> <p><i>En: 2287 kj /545 kc; Feh: 16,1 gr; Szh:81gr;Cuk:18gr;Só:2,6 gr; Zsír:20,4gr;Tzs:4,8gr;Kalc:29,66 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p><b>Ivólé</b> <b>Szendvicsszén *1,3,6,7*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Kígyóborka</b></p> <p><i>En: 1732 kj /412 kc; Feh: 10,9 gr; Szh:25gr;Cuk:18,1gr;Só:0,8 gr; Zsír:10,6gr;Tzs:4,4gr;Kalc:37,32 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	<p><b>Frankfurti leves *1,3,6,7,9*</b> <b>Grízestészta *1,3*</b> <b>Cseresznye</b></p> <p><i>En: 3045 kj /725 kc; Feh: 21,4 gr; Szh:134gr;Cuk:36,7gr;Só:1,4 gr; Zsír:11,8gr;Tzs:0,6gr;Kalc:143,41 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller</i></p>	
<b>U z s o n n a</b>	<p><b>Zala felvágott *1,6*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Zöldhagyma</b></p> <p><i>En: 1166 kj /278 kc; Feh: 10,6 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr; Zsír:10,6gr;Tzs:2,8gr;Kalc:84,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej</i></p>	<p><b>Sertés májkrém *6,9,10*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Kaliforniai paprika</b></p> <p><i>En: 875 kj /208 kc; Feh: 7,5 gr; Szh:7gr;Cuk:0,4gr;Só:0,8 gr; Zsír:5,6gr;Tzs:2,1gr;Kalc:12,1 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár</i></p>	<p><b>Croissan *1,3,6,7*</b> <b>Alma</b></p> <p><i>En: 1994 kj /475 kc; Feh: 6,4 gr; Szh:49gr;Cuk:15gr;Só:0,5 gr; Zsír:28,4gr;Tzs:15gr;Kalc:47 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	<p><b>Házi gyümölcsös joghurt *7*</b> <b>Kifli *1,7*</b></p> <p><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></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p><b>Mackósajt *7*</b> <b>Búzakorpás diákrúd *1,7*</b> <b>Alma</b></p> <p><i>En: 562 kj /134 kc; Feh: 6,6 gr; Szh:36gr;Cuk:1,3gr;Só:0,7 gr; Zsír:4,6gr;Tzs:2,2gr;Kalc:170 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
	<p><i>En: 5124 kj /1220 kc; Feh:48,4 gr; Szh:145gr;Cuk:53,2gr;Só:3,3gr;Zsír:44,4 gr; Tzs:10,4 gr;Kalc:537,7 gr</i></p>	<p><i>En: 4373 kj /1041 kc; Feh:42,9 gr; Szh:133gr;Cuk:21,6gr;Só:2,3gr;Zsír:25,5 gr; Tzs:2,1 gr;Kalc:134,57 gr</i></p>	<p><i>En: 5174 kj /1232 kc; Feh:28,4 gr; Szh:148gr;Cuk:48,2gr;Só:3,4gr;Zsír:51,5 gr; Tzs:19,8 gr;Kalc:102,26 gr</i></p>	<p><i>En: 4626 kj /1101 kc; Feh:30 gr; Szh:106gr;Cuk:49,1gr;Só:3gr;Zsír:40,4 gr; Tzs:14,8 gr;Kalc:125,02 gr</i></p>	<p><i>En: 4833 kj /1151 kc; Feh:38,7 gr; Szh:211gr;Cuk:53,3gr;Só:2,7gr;Zsír:46 gr; Tzs:2,8 gr;Kalc:553,41 gr</i></p>	

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: