

## Heti étlap: 2023.07.17. - 2023.07.20. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.07.17. hétfő	2023.07.18. kedd	2023.07.19. szerda	2023.07.20. csütörtök	2023.07.21. péntek	2023.07.22. szombat
<b>T í z ó r a i</b>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Trappista sajt *7*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Zöldpaprika</b> <b>Zöldpaprika</b></p> <p><i>En: 889 kJ /212 kc; Feh: 7 gr; Szh:18gr;Cuk:15,1gr;Só:0,4 gr; Zsír:12,7gr;Tzs:5,8gr;Kalc:209,6 gr</i></p> <p><i>Tej, Szulfítok</i></p>	<p><b>Kakaó *7*</b> <b>Briós *1,3,7*</b> <b>Csészés margarin *7*</b></p> <p><i>En: 1424 kJ /339 kc; Feh: 13 gr; Szh:65gr;Cuk:29,5gr;Só:0 gr; Zsír:17,7gr;Tzs:1,5gr;Kalc:338,72 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Sertés májkrém *6,9,10*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Kaliforniai paprika</b></p> <p><i>En: 1209 kJ /288 kc; Feh: 8,2 gr; Szh:44gr;Cuk:15,5gr;Só:0,7 gr; Zsír:5,8gr;Tzs:2,1gr;Kalc:13,7 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár, Szulfítok</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Lángos *1,7*</b></p> <p><i>En: 1402 kJ /334 kc; Feh: 11,1 gr; Szh:46gr;Cuk:16gr;Só:0,3 gr; Zsír:11,9gr;Tzs:3,5gr;Kalc:200,14 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>		
<b>E b é d</b>	<p><b>Babgulyás *1,3,5,6,7,8,9,10,11*</b> <b>Grízestészta *1,3*</b> <b>Alma</b></p> <p><i>En: 3348 kJ /797 kc; Feh: 31 gr; Szh:136gr;Cuk:37,7gr;Só:1,2 gr; Zsír:12,2gr;Tzs:0,8gr;Kalc:118,69 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag</i></p>	<p><b>Zöldborsóleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Pan.Csirkemell *1,3,6*</b> <b>Petrezselymes burgonya</b> <b>Vegyes saláta fokhagymás öntettel *7,10*</b></p> <p><i>En: 2365 kJ /563 kc; Feh: 29 gr; Szh:76gr;Cuk:0,6gr;Só:1,7 gr; Zsír:15,5gr;Tzs:0,4gr;Kalc:130,03 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p><b>ABC tésztalesves *1,3,7,9,10*</b> <b>Rakott karfiol *7*</b></p> <p><i>En: 1742 kJ /415 kc; Feh: 24,6 gr; Szh:42gr;Cuk:0,2gr;Só:2,1 gr; Zsír:14,6gr;Tzs:0,6gr;Kalc:121,77 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p><b>Májgaluska leves *1,3,7,9,10*</b> <b>Paradicsomos húsgombóc *1,3*</b></p> <p><i>En: 1941 kJ /462 kc; Feh: 24 gr; Szh:55gr;Cuk:10,4gr;Só:1,8 gr; Zsír:16,5gr;Tzs:3,2gr;Kalc:66,72 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>		
<b>U z s o n n a</b>	<p><b>Szendvicssaláta *1,3,6,7*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Retek</b></p> <p><i>En: 960 kJ /229 kc; Feh: 6,6 gr; Szh:4gr;Cuk:0,1gr;Só:0,5 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:4,4gr;Kalc:25,82 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	<p><b>Sonkaszalámi *1*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Retek</b></p> <p><i>En: 1058 kJ /252 kc; Feh: 10 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:1,1 gr; Zsír:13gr;Tzs:3gr;Kalc:23,9 gr</i></p> <p><i>Glutén, 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>Sonkaszalámi *1*</b> <b>Rozskenyér *1*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Kígyóuborka</b></p> <p><i>En: 2150 kJ /512 kc; Feh: 44,8 gr; Szh:27gr;Cuk:0,2gr;Só:7 gr; Zsír:45,8gr;Tzs:10,8gr;Kalc:51,9 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>		
	<p><i>En: 5197 kJ /1237 kc; Feh:44,6 gr;Szh:158gr;Cuk:52,9gr;Só:2,1gr;Zsír:35,1 gr;Tzs:10,9 gr;Kalc:354,11 gr</i></p>	<p><i>En: 4847 kJ /1154 kc; Feh:52 gr;Szh:165gr;Cuk:30,1gr;Só:2,8gr;Zsír:46,3 gr;Tzs:4,9 gr;Kalc:492,65 gr</i></p>	<p><i>En: 3988 kJ /950 kc; Feh:41 gr;Szh:125gr;Cuk:31,5gr;Só:3,9gr;Zsír:26,4 gr;Tzs:5,9 gr;Kalc:205,47 gr</i></p>	<p><i>En: 5494 kJ /1308 kc; Feh:79,9 gr;Szh:128gr;Cuk:26,7gr;Só:9gr;Zsír:74,2 gr;Tzs:17,5 gr;Kalc:318,76 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: