

Heti étlap: 2023.10.02. - 2023.10.06. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.10.02. hétfő	2023.10.03. kedd	2023.10.04. szerda	2023.10.05. csütörtök	2023.10.06. péntek	2023.10.07. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Vajkrém *7* Kígyóuborka <i>En: 1302 kj /310 kc; Feh: 14,2 gr; Szh:49gr;Cuk:10gr;Só:0,3 gr; Zsír:9,7gr;Tzs:0gr;Kalc:312,42 gr</i> Glutén, Tej	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Kakaós csiga *1,3,7* <i>En: 1322 kj /315 kc; Feh: 13,2 gr; Szh:45gr;Cuk:6,1gr;Só:0 gr; Zsír:27,8gr;Tzs:0gr;Kalc:295 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Citromos tea *12* Baromfi virsli *1,6* Mustár *10* Félbarna kenyér *1* <i>En: 1068 kj /254 kc; Feh: 10,2 gr; Szh:15gr;Cuk:11,6gr;Só:1,2 gr; Zsír:8,1gr;Tzs:0,1gr;Kalc:46,7 gr</i> Glutén, Szójabab, Mustár, Szulfítok	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Szendvicskrém *1,3,6,7,9,12* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Retek <i>En: 968 kj /230 kc; Feh: 12,7 gr; Szh:21gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:11gr;Tzs:2,8gr;Kalc:316,3 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok	Tejeskávé *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Csészes margarin *7* Kígyóuborka <i>En: 1347 kj /321 kc; Feh: 13,5 gr; Szh:51gr;Cuk:10,3gr;Só:0,6 gr; Zsír:8,4gr;Tzs:1gr;Kalc:336,72 gr</i> Glutén, Tej	
E b b é d	Babgulyás *1,3,5,6,7,8,9,10,11* Szilvalekváros gombóc *1,3* Körte <i>En: 2455 kj /584 kc; Feh: 29,6 gr; Szh:126gr;Cuk:11,1gr;Só:1,2 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:0,2gr;Kalc:116,21 gr</i> Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag	Tojásleves *1,3,7,9* Tökfőzelék *1,7* Leccsószelék *1* Nektarin <i>En: 1841 kj /438 kc; Feh: 25,6 gr; Szh:50gr;Cuk:8,7gr;Só:1,8 gr; Zsír:10,3gr;Tzs:0,1gr;Kalc:184,63 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Gyümölcsleves *1,3,7* Rakott burgonya *1,3,6,7,9,10,12* Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 2344 kj /558 kc; Feh: 18,3 gr; Szh:77gr;Cuk:19,4gr;Só:0,4 gr; Zsír:11,5gr;Tzs:0gr;Kalc:130,64 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	Csontleves *1,3,7,9,10* Vadas sertésszelet *1,7,10,12* Tésztaköret *1,3* Körte <i>En: 2512 kj /598 kc; Feh: 29,5 gr; Szh:89gr;Cuk:4,3gr;Só:1,6 gr; Zsír:12,7gr;Tzs:0,7gr;Kalc:146,53 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	Zellerkrémleves *1,3,7,9* Rizottó csirkehússal Csemege uborka édesítővel *11,12* <i>En: 2190 kj /521 kc; Feh: 22,9 gr; Szh:68gr;Cuk:2,7gr;Só:1,2 gr; Zsír:13,7gr;Tzs:2gr;Kalc:156,3 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag, Szulfítok	
U z s o n n a	Mackósajt *7* Kifli *1,7* Alma <i>En: 863 kj /205 kc; Feh: 5,7 gr; Szh:33gr;Cuk:1,3gr;Só:0,6 gr; Zsír:4,9gr;Tzs:2,2gr;Kalc:205 gr</i> Glutén, Tej	Körözött *7* Teljes kiőrlésű zsemle *1* Kaliforniai paprika <i>En: 1173 kj /279 kc; Feh: 13,9 gr; Szh:53gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:4,4gr;Tzs:0gr;Kalc:54,93 gr</i> Glutén, Tej	Ementáli sajt ** Csészes margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldpaprika <i>En: 1021 kj /243 kc; Feh: 12,1 gr; Szh:20gr;Cuk:0gr;Só:0,5 gr; Zsír:12,9gr;Tzs:6,7gr;Kalc:253,6 gr</i> Glutén, Tej, Tej	Dejós rétes *1,3,6,7,11* <i>En: 1090 kj /260 kc; Feh: 15,3 gr; Szh:53gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:17,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Szezámag	Tojáskrém *3,7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1027 kj /244 kc; Feh: 9,1 gr; Szh:25gr;Cuk:0,1gr;Só:0,2 gr; Zsír:7,8gr;Tzs:3,7gr;Kalc:98,6 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	
	<i>En: 4620 kj /1100 kc; Feh:49,5 gr; Szh:208gr;Cuk:22,4gr;Só:2,1gr;Zsír:24,7 gr; Tzs:2,4 gr;Kalc:633,63 gr</i>	<i>En: 4336 kj /1032 kc; Feh:52,8 gr; Szh:148gr;Cuk:14,8gr;Só:2gr;Zsír:42,5 gr; Tzs:0,1 gr;Kalc:534,56 gr</i>	<i>En: 4432 kj /1055 kc; Feh:40,6 gr; Szh:112gr;Cuk:31gr;Só:2gr;Zsír:32,6 gr; Tzs:6,8 gr;Kalc:430,94 gr</i>	<i>En: 4570 kj /1088 kc; Feh:57,5 gr; Szh:164gr;Cuk:4,4gr;Só:1,8gr;Zsír:41,6 gr; Tzs:3,4 gr;Kalc:462,83 gr</i>	<i>En: 4564 kj /1087 kc; Feh:45,5 gr; Szh:143gr;Cuk:13gr;Só:2gr;Zsír:29,8 gr; Tzs:6,7 gr;Kalc:591,62 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: