

Heti étlap: 2023.11.27. - 2023.12.03. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023.11.27. hétfő	2023.11.28. kedd	2023.11.29. szerda	2023.11.30. csütörtök	2023.12.01. péntek	2023.12.02. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Fatörzskifli *1,3,6,7* <i>En: 1109 kj /264 kc; Feh: 11,8 gr; Szh:42gr;Cuk:10gr;Só:0 gr; Zsír:6,5gr;Tzs:0gr;Kalc:306,92 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Tavaszi felvágott *7,9,10* Teljes kiörlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Retek <i>En: 1299 kj /309 kc; Feh: 14,4 gr; Szh:36gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:13,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:256,3 gr</i> Glutén, Tej, Zeller, Mustár	Citromos tea *12* Baromfi virsli *1,6* Teljes kiörlésű kenyér *1* Mustár *10* <i>En: 968 kj /231 kc; Feh: 9,3 gr; Szh:32gr;Cuk:11,6gr;Só:1,2 gr; Zsír:6,7gr;Tzs:0,1gr;Kalc:37,97 gr</i> Glutén, Szójabab, Mustár, Szulfítok	Citromos tea *12* Búzakorpás diákrúd *1,7* Csészés margarin *7* Kígyóborka <i>En: 694 kj /165 kc; Feh: 2,7 gr; Szh:25gr;Cuk:10,1gr;Só:0,3 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:1,5gr;Kalc:24,4 gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok	Tejeskávé *7* Fokhagymás hosszúzssemle *1,7* <i>En: 1478 kj /352 kc; Feh: 16,7 gr; Szh:82gr;Cuk:10,3gr;Só:0 gr; Zsír:4,8gr;Tzs:0gr;Kalc:318,02 gr</i> Glutén, Tej	
E b é d	Tojásleves *1,3,7,9* Sárgarépa főzelék *1,7* Főtt darálthús Mandarin <i>En: 2226 kj /530 kc; Feh: 26,5 gr; Szh:64gr;Cuk:22,9gr;Só:1,4 gr; Zsír:15,1gr;Tzs:0,1gr;Kalc:192,38 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás	Gombaleves *1,3,7,9* Szavolyai szelet *1,7* Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 2419 kj /576 kc; Feh: 29,2 gr; Szh:75gr;Cuk:0,4gr;Só:1,4 gr; Zsír:16,9gr;Tzs:0,1gr;Kalc:368,75 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szulfítok, Gomba, Tej, Tojás	Lebbencsleves *1,3,7,9,10* Paradicsomoskáposzta *1* Sült csirkecomb <i>En: 2021 kj /481 kc; Feh: 38 gr; Szh:51gr;Cuk:15,3gr;Só:0,2 gr; Zsír:13,7gr;Tzs:0,1gr;Kalc:174,53 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás	Húsos zöldborsóleves *1,3,7,9* Tejberizs *7* Banán <i>En: 2701 kj /643 kc; Feh: 29,5 gr; Szh:97gr;Cuk:18,9gr;Só:0,9 gr; Zsír:14,2gr;Tzs:1,8gr;Kalc:530,63 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás	Májgaluska leves *1,3,7,9,10* Brokkolis-sonkás rakott tészta *1,3,7* Alma <i>En: 2103 kj /501 kc; Feh: 26 gr; Szh:70gr;Cuk:3gr;Só:1,6 gr; Zsír:20,2gr;Tzs:8gr;Kalc:296,99 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás	
U z s o n n a	Sajtkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kígyóborka <i>En: 1060 kj /252 kc; Feh: 10,2 gr; Szh:24gr;Cuk:0,1gr;Só:0,5 gr; Zsír:12,7gr;Tzs:7,1gr;Kalc:177,5 gr</i> Glutén, Tej	Áfonya lekvár Csészés margarin *7* Félbarna kenyér *1* <i>En: 898 kj /214 kc; Feh: 4,1 gr; Szh:12gr;Cuk:9gr;Só:0,1 gr; Zsír:6,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:11,8 gr</i> Glutén, Tej	Mackósajt (25gr) *7* Kifli *1,7* Alma <i>En: 876 kj /208 kc; Feh: 5,7 gr; Szh:34gr;Cuk:1,3gr;Só:0,6 gr; Zsír:4,9gr;Tzs:2,2gr;Kalc:206 gr</i> Glutén, Tej	Párizsi krém *1,6,7* Kaliforniai paprika Teljes kiörlésű kenyér *1* <i>En: 1048 kj /250 kc; Feh: 6,5 gr; Szh:24gr;Cuk:0,1gr;Só:0,4 gr; Zsír:13,2gr;Tzs:6gr;Kalc:18,75 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej	Magyaros vajkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Zöldpaprika <i>En: 663 kj /158 kc; Feh: 5,7 gr; Szh:26gr;Cuk:0,4gr;Só:0,3 gr; Zsír:3,8gr;Tzs:2gr;Kalc:16,4 gr</i> Glutén, Tej	
	<i>En: 4395 kj /1046 kc; Feh:48,6 gr; Szh:130gr;Cuk:33gr;Só:1,9gr;Zsír:34,4 gr; Tzs:7,2 gr;Kalc:676,8 gr</i>	<i>En: 4616 kj /1099 kc; Feh:47,7 gr; Szh:122gr;Cuk:9,4gr;Só:1,7gr;Zsír:36,5 gr; Tzs:3,1 gr;Kalc:636,85 gr</i>	<i>En: 3865 kj /920 kc; Feh:53 gr; Szh:117gr;Cuk:28,2gr;Só:2gr;Zsír:25,3 gr; Tzs:2,4 gr;Kalc:418,5 gr</i>	<i>En: 4444 kj /1058 kc; Feh:38,7 gr; Szh:145gr;Cuk:29,1gr;Só:1,7gr;Zsír:33,6 gr; Tzs:9,3 gr;Kalc:573,78 gr</i>	<i>En: 4244 kj /1010 kc; Feh:48,4 gr; Szh:178gr;Cuk:13,6gr;Só:2gr;Zsír:28,8 gr; Tzs:10 gr;Kalc:631,41 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: