

Heti étlap: 2023. 12. 11. - 2023. 12. 15. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2023. 12. 11. hétfő	2023. 12. 12. kedd	2023. 12. 13. szerda	2023. 12. 14. csütörtök	2023. 12. 15. péntek	2023. 12. 16. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Cukroskifli *1,3,7* <i>En: 859 kj /205 kc; Feh: 10,1 gr; Szh:33gr;Cuk:16gr;Só:0 gr; Zsír:6,1gr;Tzs:0gr;Kalc:314,42 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Citromos tea *12* Sajtkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kigyóúborborka <i>En: 1322 kj /315 kc; Feh: 10,3 gr; Szh:40gr;Cuk:15,2gr;Só:0,5 gr; Zsír:12,7gr;Tzs:7,1gr;Kalc:178,1 gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok	Tej *7* Teljes kiörlésű kifli *1,7* Magyaros vajkrém *7* <i>En: 993 kj /236 kc; Feh: 12,6 gr; Szh:32gr;Cuk:0,4gr;Só:0,1 gr; Zsír:8,6gr;Tzs:2gr;Kalc:296,8 gr</i> Glutén, Tej	Citromos tea *12* Turista felvágott *1,6* Teljes kiörlésű kenyér *1* Csészes margarin *7* Kigyóúborborka <i>En: 1423 kj /339 kc; Feh: 12,1 gr; Szh:40gr;Cuk:15,1gr;Só:0,5 gr; Zsír:14,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:20,4 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Szulfítok	Karamell *7* Foszlós kalács *1,3,7* Csészes margarin *7* <i>En: 1165 kj /277 kc; Feh: 10,8 gr; Szh:36gr;Cuk:12,8gr;Só:0,1 gr; Zsír:12gr;Tzs:1,5gr;Kalc:296,8 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	
E b é d	Zellerkrémleves *1,3,7,9* Lasagne *1,3,7* Kiwi <i>En: 2692 kj /641 kc; Feh: 37 gr; Szh:73gr;Cuk:1,6gr;Só:0,9 gr; Zsír:2,1,6gr;Tzs:4,3gr;Kalc:562,56 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás	Álföldi húsleves *1,3,7,9,10* Fasírt *1,3* Petrezselymes burgonya Párolt káposzta <i>En: 2044 kj /487 kc; Feh: 29,5 gr; Szh:61gr;Cuk:6gr;Só:0,4 gr; Zsír:10,7gr;Tzs:0gr;Kalc:81,74 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás	Zöldbableves *1,7* Rizottó pulykahússal Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 2111 kj /503 kc; Feh: 23,6 gr; Szh:68gr;Cuk:3,5gr;Só:0,6 gr; Zsír:13,6gr;Tzs:2gr;Kalc:147,17 gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok	Burgonyaleves kolbásszal *1,3,6,7,9,10,12* Grízestészta *1,3* Lekvár Porcukor Alma <i>En: 1772 kj /422 kc; Feh: 12,4 gr; Szh:68gr;Cuk:0,5gr;Só:1 gr; Zsír:9,6gr;Tzs:0,5gr;Kalc:71,89 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tej, Tojás	Tojásleves *1,3,7,9* Zöldborsófőzelék *1,7* Párolt csirkemell <i>En: 1773 kj /422 kc; Feh: 35,8 gr; Szh:44gr;Cuk:5,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:10,4gr;Tzs:0,1gr;Kalc:158,42 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás	
U z s o n n a	Sertés májkrém *6,9,10* Teljes kiörlésű zsömlé *1* Kaliforniai paprika <i>En: 805 kj /192 kc; Feh: 7,7 gr; Szh:30gr;Cuk:0,4gr;Só:0,5 gr; Zsír:5,5gr;Tzs:2,1gr;Kalc:13,1 gr</i> Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár	Csészes margarin *7* Méz Félbarna kenyér *1* <i>En: 924 kj /220 kc; Feh: 4 gr; Szh:15gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:6,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:12,55 gr</i> Glutén, Tej	Sertéspárizsi *1,6,9,12* Csészes margarin *7* Félbarna kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1106 kj /263 kc; Feh: 9,2 gr; Szh:3gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:11,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:88,8 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok	Főtt kemény tojás *3* Csészes margarin *7* Savanyított káposzta Teljes kiörlésű kenyér *1* <i>En: 960 kj /229 kc; Feh: 7,7 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:8,8gr;Tzs:2gr;Kalc:62,8 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Mazsolás krémtúró *7* Teljes kiörlésű zsömlé *1* <i>En: 1275 kj /304 kc; Feh: 14,9 gr; Szh:60gr;Cuk:6gr;Só:0,1 gr; Zsír:5,2gr;Tzs:0gr;Kalc:58,98 gr</i> Glutén, Tej, Tej	
	<i>En: 4356 kj /1037 kc; Feh:54,9 gr;Szh:136gr;Cuk:17,9gr;Só:1,4gr;Zsír:33,2 gr;Tzs:6,4 gr;Kalc:890,08 gr</i>	<i>En: 4289 kj /1021 kc; Feh:43,8 gr;Szh:116gr;Cuk:21,2gr;Só:1gr;Zsír:29,7 gr;Tzs:8,6 gr;Kalc:272,4 gr</i>	<i>En: 4210 kj /1002 kc; Feh:45,3 gr;Szh:103gr;Cuk:3,9gr;Só:1,1gr;Zsír:33,3 gr;Tzs:5,5 gr;Kalc:532,77 gr</i>	<i>En: 4154 kj /989 kc; Feh:32,2 gr;Szh:133gr;Cuk:15,6gr;Só:1,9gr;Zsír:32,7 gr;Tzs:4 gr;Kalc:155,09 gr</i>	<i>En: 4213 kj /1003 kc; Feh:61,5 gr;Szh:140gr;Cuk:24,1gr;Só:1,2gr;Zsír:27,6 gr;Tzs:1,6 gr;Kalc:514,2 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:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: