

Heti étlap: 2024. 01. 08. - 2024. 01. 12. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2024. 01. 08. hétfő	2024. 01. 09. kedd	2024. 01. 10. szerda	2024. 01. 11. csütörtök	2024. 01. 12. péntek	2024. 01. 13. szombat
T í z ó r a i	<p>Kakaó *7* Foszlós kalács *1,3,7* Csészes margarin *7*</p> <p><i>En: 1188 kj /283 kc; Feh: 11,1 gr; Szh:36gr;Cuk:12,8gr;Só:0,1 gr; Zsír:12,3gr;Tzs:1,5gr;Kalc:298,72 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	<p>Citromos tea *12* Fokhagymás hosszúzssemle *1,7*</p> <p><i>En: 1193 kj /284 kc; Feh: 8,3 gr; Szh:79gr;Cuk:20,1gr;Só:0 gr; Zsír:1,1gr;Tzs:0gr;Kalc:22,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p>Házi gyümölcsös joghurt *7* Kifli *1,7*</p> <p><i>En: 959 kj /228 kc; Feh: 8 gr; Szh:34gr;Cuk:9,4gr;Só:0,5 gr; Zsír:5,7gr;Tzs:2,9gr;Kalc:385 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Citromos tea *12* Mackósajt (25gr) *7* Zsemle *1* Alma</p> <p><i>En: 969 kj /231 kc; Feh: 3,8 gr; Szh:45gr;Cuk:21,4gr;Só:0,4 gr; Zsír:4,2gr;Tzs:2,2gr;Kalc:135,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p>Tejescávé *7* Vajkrém *7* Búzakorpás diákrúd *1,7*</p> <p><i>En: 1040 kj /248 kc; Feh: 11,2 gr; Szh:38gr;Cuk:10,3gr;Só:0,4 gr; Zsír:9gr;Tzs:0gr;Kalc:315,32 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
E b b é d	<p>Húsleves *1,3,7,9,10* Vadas sertésszelet *1,7,10,12* Tésztaköret *1,3*</p> <p><i>En: 2198 kj /523 kc; Feh: 28,3 gr; Szh:72gr;Cuk:4,3gr;Só:1 gr; Zsír:12,2gr;Tzs:0,6gr;Kalc:134,85 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tej, Tojás</i></p>	<p>Gyümölcsleves *1,3,7* Bácskai rizseshús *3,4,6,7,9* Vegyesvágott savanyú *12*</p> <p><i>En: 2084 kj /496 kc; Feh: 21,1 gr; Szh:77gr;Cuk:19,7gr;Só:0,8 gr; Zsír:10,3gr;Tzs:2gr;Kalc:68,45 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok</i></p>	<p>Frankfurti leves *1,3,6,7,9* Szilvalekváros gombóc *1,3* Alma</p> <p><i>En: 2161 kj /515 kc; Feh: 21,2 gr; Szh:129gr;Cuk:10,1gr;Só:1,1 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:0gr;Kalc:118,88 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Tej, Tojás</i></p>	<p>Pirított tésztaleves *1,3,7,9,10* Szárazbab főzelék *1,5,6,7,8,11* Pulykaragu *7,9*</p> <p><i>En: 2333 kj /555 kc; Feh: 31,8 gr; Szh:70gr;Cuk:5,8gr;Só:1,9 gr; Zsír:15,5gr;Tzs:0,1gr;Kalc:209,24 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám, Tej, Tojás</i></p>	<p>Brokkoli krémleves *1,3,7,9* Szavolyai szelet *1,7* Káposztával t paprika *12*</p> <p><i>En: 2497 kj /595 kc; Feh: 30,3 gr; Szh:75gr;Cuk:0,3gr;Só:0,8 gr; Zsír:19,8gr;Tzs:0,1gr;Kalc:252,14 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szulfítok, Tej, Tojás</i></p>	
U z s o n n a	<p>Kenőmájás *1,6* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 764 kj /182 kc; Feh: 7 gr; Szh:25gr;Cuk:0,3gr;Só:0,8 gr; Zsír:5,2gr;Tzs:2gr;Kalc:15,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	<p>Körözött *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldpaprika</p> <p><i>En: 819 kj /195 kc; Feh: 11,2 gr; Szh:26gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:5,1gr;Tzs:0gr;Kalc:50,43 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Tej</i></p>	<p>Sonkaszalámi *1* Csészes margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Savanyított káposzta</p> <p><i>En: 899 kj /214 kc; Feh: 9,1 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:10,3gr;Tzs:2,4gr;Kalc:47,7 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Mogyorókrém *5,6,7* Teljes kiőrlésű kenyér *1*</p> <p><i>En: 1072 kj /255 kc; Feh: 5,4 gr; Szh:40gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2 gr; Zsír:8,4gr;Tzs:2,8gr;Kalc:41 gr</i></p> <p><i>Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Tojáskrém *3,7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kígyóborka</p> <p><i>En: 886 kj /211 kc; Feh: 7,2 gr; Szh:24gr;Cuk:0,1gr;Só:0,2 gr; Zsír:7,5gr;Tzs:3,7gr;Kalc:31,1 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	
	<p><i>En: 4151 kj /988 kc; Feh:46,4 gr; Szh:133gr;Cuk:17,4gr;Só:1,8gr;Zsír:29,7 gr; Tzs:4,2 gr;Kalc:449,17 gr</i></p>	<p><i>En: 4096 kj /975 kc; Feh:40,6 gr; Szh:182gr;Cuk:39,8gr;Só:1,2gr;Zsír:16,5 gr; Tzs:2 gr;Kalc:141,48 gr</i></p>	<p><i>En: 4020 kj /957 kc; Feh:38,3 gr; Szh:187gr;Cuk:19,5gr;Só:2gr;Zsír:26,1 gr; Tzs:5,4 gr;Kalc:551,57 gr</i></p>	<p><i>En: 4374 kj /1041 kc; Feh:41,1 gr; Szh:155gr;Cuk:42,7gr;Só:2,5gr;Zsír:28,2 gr; Tzs:5,1 gr;Kalc:385,84 gr</i></p>	<p><i>En: 4423 kj /1053 kc; Feh:48,7 gr; Szh:137gr;Cuk:10,7gr;Só:1,4gr;Zsír:36,3 gr; Tzs:3,7 gr;Kalc:598,57 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: