

## Heti étlap: 2024. 03. 04. - 2024. 03. 10. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2024. 03. 04. hétfő	2024. 03. 05. kedd	2024. 03. 06. szerda	2024. 03. 07. csütörtök	2024. 03. 08. péntek	2024. 03. 09. szombat
<b>T í z ó r a i</b>	<p><b>Kakaó *7*</b> <b>Fonottkalács *1,3,7*</b> <b>Csészes margarin *7*</b></p> <p><i>En: 1106 kj /263 kc; Feh: 8,8 gr; Szh:33gr;Cuk:10gr;Só:0,2 gr; Zsír:10,5gr;Tzs:1,5gr;Kalc:239,72 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Fokhagymás hosszúzssemle *1,7*</b></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><b>Házi gyümölcsös joghurt *7*</b> <b>Kifli *1,7*</b></p> <p><i>En: 735 kj /175 kc; Feh: 6,1 gr; Szh:25gr;Cuk:12,4gr;Só:0,2 gr; Zsír:5,2gr;Tzs:2,9gr;Kalc:350 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p><b>Citromos tea *12*</b> <b>Mackósajt ( 25gr) *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű zsemle *1*</b> <b>Alma</b></p> <p><i>En: 1105 kj /263 kc; Feh: 6,2 gr; Szh:56gr;Cuk:21,4gr;Só:0,1 gr; Zsír:4,3gr;Tzs:2,2gr;Kalc:146,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p><b>Tejeskávé *7*</b> <b>Vajkrém *7*</b> <b>Búzakorpás diákrúd *1,7*</b></p> <p><i>En: 1226 kj /292 kc; Feh: 11,9 gr; Szh:49gr;Cuk:10,3gr;Só:0,6 gr; Zsír:8,6gr;Tzs:0gr;Kalc:273,82 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	
<b>E b b é d</b>	<p><b>Húsleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Vadas sertésszelet *1,7,10,12*</b> <b>Tésztaköret *1,3*</b></p> <p><i>En: 2261 kj /538 kc; Feh: 28,9 gr; Szh:75gr;Cuk:4,3gr;Só:1 gr; Zsír:12,3gr;Tzs:0,6gr;Kalc:137,55 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tej, Tojás</i></p>	<p><b>Karfiolleves *1,3,7,9*</b> <b>Bácskai rizseshús *3,4,6,7,9*</b> <b>Alma kompót *12*</b></p> <p><i>En: 1997 kj /476 kc; Feh: 23,4 gr; Szh:57gr;Cuk:0,4gr;Só:1,3 gr; Zsír:14,9gr;Tzs:2gr;Kalc:83,1 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok, Tej, Tojás</i></p>	<p><b>Frankfurti leves *1,3,6,7,9,10,12*</b> <b>Mogyorókrémes gombóc *1*</b> <b>Mandarin</b></p> <p><i>En: 2771 kj /660 kc; Feh: 18,9 gr; Szh:100gr;Cuk:0,4gr;Só:1,3 gr; Zsír:28,6gr;Tzs:4,8gr;Kalc:122,33 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tej, Glutén, Tojás, Földi mogyoró</i></p>	<p><b>Pirított tésztaleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Szárazbab főzelék *1,5,6,7,8,11*</b> <b>Fasírt *1,3*</b></p> <p><i>En: 2461 kj /586 kc; Feh: 34,1 gr; Szh:76gr;Cuk:10,4gr;Só:0,4 gr; Zsír:13,6gr;Tzs:0,1gr;Kalc:217,37 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám, Tej, Tojás</i></p>	<p><b>Brokkoli krémleves *1,3,7,9*</b> <b>Csirkemájás rakott karaj *1,3,7*</b> <b>Burgonyapüré *7,12*</b> <b>Vegyes savanyúság</b></p> <p><i>En: 2547 kj /606 kc; Feh: 33,8 gr; Szh:79gr;Cuk:10,2gr;Só:1 gr; Zsír:16,7gr;Tzs:1,7gr;Kalc:426,7 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szulfítok, Tej, Tojás</i></p>	
<b>U z s o n n a</b>	<p><b>Kenőmájás *1,6*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Kaliforniai paprika</b></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><b>Körözött *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Zöldpaprika</b></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><b>Sonkaszalámi *1*</b> <b>Csészes margarin *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Savanyított káposzta</b></p> <p><i>En: 799 kj /190 kc; Feh: 8,2 gr; Szh:20gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:2,4gr;Kalc:45,5 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p><b>Eper lekvár *3,7,10*</b> <b>Csészes margarin *7*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b></p> <p><i>En: 1008 kj /240 kc; Feh: 4,1 gr; Szh:18gr;Cuk:15,2gr;Só:0,1 gr; Zsír:6,4gr;Tzs:1,8gr;Kalc:11,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Eper</i></p>	<p><b>Szendvicskrém *1,3,6,7,9,12*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Kígyóborka</b></p> <p><i>En: 847 kj /202 kc; Feh: 7,6 gr; Szh:22gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:7,9gr;Tzs:2,8gr;Kalc:28,5 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok</i></p>	
	<p><i>En: 4131 kj /984 kc; Feh:44,7 gr; Szh:132gr;Cuk:14,6gr;Só:2gr;Zsír:28,1 gr; Tzs:4,2 gr;Kalc:392,87 gr</i></p>	<p><i>En: 4010 kj /956 kc; Feh:42,9 gr; Szh:163gr;Cuk:20,5gr;Só:1,7gr;Zsír:21,1 gr; Tzs:2 gr;Kalc:156,12 gr</i></p>	<p><i>En: 4305 kj /1025 kc; Feh:33,2 gr; Szh:145gr;Cuk:12,8gr;Só:1,9gr;Zsír:43,9 gr; Tzs:10,1 gr;Kalc:517,83 gr</i></p>	<p><i>En: 4574 kj /1089 kc; Feh:44,4 gr; Szh:151gr;Cuk:47,1gr;Só:0,5gr;Zsír:24,3 gr; Tzs:4,1 gr;Kalc:375,77 gr</i></p>	<p><i>En: 4620 kj /1100 kc; Feh:53,3 gr; Szh:150gr;Cuk:20,5gr;Só:2gr;Zsír:33,2 gr; Tzs:4,5 gr;Kalc:729,03 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:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: