

Heti étlap: 2024. 07. 01. - 2024. 07. 05. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2024. 07. 01. hétfő	2024. 07. 02. kedd	2024. 07. 03. szerda	2024. 07. 04. csütörtök	2024. 07. 05. péntek	2024. 07. 06. szombat
T í z ó r a i	<p>Kakaó *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Vaj *7* Zöldpaprika</p> <p><i>En: 1324 kj /315 kc; Feh: 9,8 gr; Szh:36gr;Cuk:10,1gr;Só:0,3 gr; Zsír:16gr;Tzs:6,9gr;Kalc:262,77 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Gyümölcs joghurt(0,15l) *1,7,8* Kifli *1,7*</p> <p><i>En: 856 kj /204 kc; Feh: 6,9 gr; Szh:25gr;Cuk:14,6gr;Só:0,5 gr; Zsír:3,3gr;Tzs:0gr;Kalc:250 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Dió</i></p>	<p>Tejeskávé *7* Kakaós csiga *1,3,7*</p> <p><i>En: 967 kj /230 kc; Feh: 9,2 gr; Szh:37gr;Cuk:13,3gr;Só:0 gr; Zsír:12,4gr;Tzs:0gr;Kalc:237,02 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	<p>Citromos tea *12* Baromfi virsli *1,6* Ketchup Félbarna kenyér *1*</p> <p><i>En: 1470 kj /350 kc; Feh: 11,7 gr; Szh:32gr;Cuk:26,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:8,4gr;Tzs:0gr;Kalc:62,72 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Szulfítok</i></p>	<p>Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7* Tojásrántotta *3* Teljes kiörlésű kenyér *1* Zöldpaprika</p> <p><i>En: 937 kj /223 kc; Feh: 11,8 gr; Szh:36gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:4,8gr;Tzs:0gr;Kalc:250,96 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	
E b é d	<p>Babgulyás *1,3,5,6,7,8,9,10,11* Grízestészta *1,3* Őszibarack</p> <p><i>En: 2238 kj /533 kc; Feh: 27,7 gr; Szh:80gr;Cuk:1,7gr;Só:0,7 gr; Zsír:9,1gr;Tzs:0,7gr;Kalc:96,04 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám, Tej, Tojás</i></p>	<p>Karfiollevés *1,3,7,9* Szavolyai szelet *1,7* Szilva befőtt</p> <p><i>En: 2396 kj /570 kc; Feh: 28 gr; Szh:71gr;Cuk:0,3gr;Só:1,3 gr; Zsír:17,2gr;Tzs:0,1gr;Kalc:147,9 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás</i></p>	<p>Zöldborsólevés *1,3,7,9,10* Báckai rizshús *3,4,6,7,9* Vegyes savanyúság</p> <p><i>En: 2194 kj /522 kc; Feh: 25,7 gr; Szh:75gr;Cuk:10,3gr;Só:1,1 gr; Zsír:10,7gr;Tzs:2gr;Kalc:118,9 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás</i></p>	<p>Hamisgulyáslevés *1,3,7,9,10* Kelkáposzta főzelék *1* Fasírt *1,3*</p> <p><i>En: 1471 kj /350 kc; Feh: 24 gr; Szh:37gr;Cuk:0,5gr;Só:0,1 gr; Zsír:9,7gr;Tzs:0,2gr;Kalc:134,33 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás</i></p>	<p>Csontleves *1,3,7,9,10* Vadas sertésszelet *1,7,10,12* Tésztaköret *1,3*</p> <p><i>En: 2197 kj /523 kc; Feh: 28,2 gr; Szh:72gr;Cuk:4,3gr;Só:1,1 gr; Zsír:12,2gr;Tzs:0,6gr;Kalc:132,86 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tej, Tojás</i></p>	
U z s o n n a	<p>Kenőmájás *1,6* Teljes kiörlésű kenyér *1* Zöldhagyma</p> <p><i>En: 891 kj /212 kc; Feh: 9,2 gr; Szh:26gr;Cuk:0,3gr;Só:0,8 gr; Zsír:5,5gr;Tzs:2gr;Kalc:85,5 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	<p>Magyaros vajkrém *7* Magvaskenyér *1,6,11* Kígyóborka</p> <p><i>En: 803 kj /191 kc; Feh: 8 gr; Szh:28gr;Cuk:0,4gr;Só:0,1 gr; Zsír:4,5gr;Tzs:2gr;Kalc:46,8 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej, Szezám</i></p>	<p>Kolbászkrém *1,6,7,9,10,12* Teljes kiörlésű kenyér *1* Alma</p> <p><i>En: 1301 kj /310 kc; Feh: 6,4 gr; Szh:31gr;Cuk:0,1gr;Só:0,3 gr; Zsír:17,1gr;Tzs:7,8gr;Kalc:27,81 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok</i></p>	<p>Körözött *7* Zsemle *1* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 942 kj /224 kc; Feh: 10 gr; Szh:32gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr; Zsír:5gr;Tzs:0gr;Kalc:37,93 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Tej</i></p>	<p>Mogyorókrém *5,6,7* Félbarna kenyér *1*</p> <p><i>En: 1198 kj /285 kc; Feh: 4,9 gr; Szh:22gr;Cuk:18,6gr;Só:0 gr; Zsír:9,8gr;Tzs:3,3gr;Kalc:46 gr</i></p> <p><i>Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Tej</i></p>	
	<p><i>En: 4452 kj /1060 kc; Feh:46,7 gr;Szh:142gr;Cuk:12,1gr;Só:1,7gr;Zsír:30,6 gr;Tzs:9,6 gr;Kalc:444,31 gr</i></p>	<p><i>En: 4055 kj /965 kc; Feh:43 gr;Szh:125gr;Cuk:15,3gr;Só:1,9gr;Zsír:25 gr;Tzs:2 gr;Kalc:444,7 gr</i></p>	<p><i>En: 4462 kj /1062 kc; Feh:41,3 gr;Szh:143gr;Cuk:23,8gr;Só:1,4gr;Zsír:40,3 gr;Tzs:9,8 gr;Kalc:383,73 gr</i></p>	<p><i>En: 3884 kj /925 kc; Feh:45,7 gr;Szh:100gr;Cuk:26,9gr;Só:1,9gr;Zsír:23 gr;Tzs:0,2 gr;Kalc:234,97 gr</i></p>	<p><i>En: 4333 kj /1032 kc; Feh:44,9 gr;Szh:129gr;Cuk:22,9gr;Só:1,4gr;Zsír:26,8 gr;Tzs:3,9 gr;Kalc:429,82 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:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: