

Heti étlap: 2024. 07. 29. - 2024. 08. 03. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2024. 07. 29. hétfő	2024. 07. 30. kedd	2024. 07. 31. szerda	2024. 08. 01. csütörtök	2024. 08. 02. péntek	2024. 08. 03. szombat
T í z ó r a i	Citromos tea *12* Bundáskenyér *1,3* <i>En: 936 kj /223 kc; Feh: 6 gr; Szh:23gr;Cuk:20,1gr;Só:0 gr; Zsír:1,7gr;Tzs:0gr;Kalc:25,6 gr</i> Glutén, Tojás, Szulfítok	Kakaó *7* Teljes kiőrlésű zsemle *1* Csészes margarin *7* Zöldpaprika <i>En: 1685 kj /401 kc; Feh: 15,9 gr; Szh:74gr;Cuk:10gr;Só:0 gr; Zsír:9,9gr;Tzs:1,5gr;Kalc:265,32 gr</i> Glutén, Tej	Citromos tea *12* Sajtkrém *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kígyóborka <i>En: 1403 kj /334 kc; Feh: 10,3 gr; Szh:45gr;Cuk:20,2gr;Só:0,5 gr; Zsír:12,7gr;Tzs:7,1gr;Kalc:178,1 gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok	Házi gyümölcsös joghurt *7* Kifli *1,7* <i>En: 1008 kj /240 kc; Feh: 8 gr; Szh:37gr;Cuk:12,4gr;Só:0,5 gr; Zsír:5,7gr;Tzs:2,9gr;Kalc:385 gr</i> Glutén, Tej	Citromos tea *12* Sertésvírli *6,9,10,12* Ketchup Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 1541 kj /367 kc; Feh: 11,1 gr; Szh:54gr;Cuk:26,9gr;Só:1 gr; Zsír:8,8gr;Tzs:2,7gr;Kalc:20,1 gr</i> Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár, Szulfítok	Citromos tea *12* Sonkaszalámi *1* Csészes margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 1251 kj /298 kc; Feh: 8,9 gr; Szh:44gr;Cuk:20,1gr;Só:0,2 gr; Zsír:10,3gr;Tzs:2,4gr;Kalc:18 gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok
E b d	Babgulyás *1,3,5,6,7,8,9,10,11* Tejberizs *7* Kakaós porcukor Sárgadinnye <i>En: 2934 kj /699 kc; Feh: 31,9 gr; Szh:105gr;Cuk:32,6gr;Só:0,3 gr; Zsír:15,2gr;Tzs:1,9gr;Kalc:387,72 gr</i> Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag, Tej, Tojás	Karalábé leves *1,3,7,9* Marhapörkölt *3,4,6,7,9* Burgonya Uborkasaláta <i>En: 2283 kj /544 kc; Feh: 27,6 gr; Szh:62gr;Cuk:3,5gr;Só:1,5 gr; Zsír:15,1gr;Tzs:0,1gr;Kalc:164,59 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Tej, Tojás	Húsleves *1,3,7,9,10* Zöldborsófőzelék *1,7* Sült csirkecomb <i>En: 2131 kj /507 kc; Feh: 47,1 gr; Szh:50gr;Cuk:5,3gr;Só:0,5 gr; Zsír:12,5gr;Tzs:0gr;Kalc:172,59 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás	Zellerkrémleves *1,3,7,9* Milánói sertésborda *1,3,7,9,10* Szilva <i>En: 2463 kj /587 kc; Feh: 28,7 gr; Szh:83gr;Cuk:4,2gr;Só:0,5 gr; Zsír:15,8gr;Tzs:0,9gr;Kalc:288,37 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Gomba, Tej, Tojás	Tejfölös burgonyaleves *1,3,7,9* Rizottó csirkehússal Őszibarack befőtt <i>En: 2342 kj /558 kc; Feh: 28,8 gr; Szh:83gr;Cuk:0,2gr;Só:0,7 gr; Zsír:13,1gr;Tzs:2gr;Kalc:46,53 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás	Tojásleves *1,3,7,9* Székelkáposzta *1,7* Félbarna kenyér *1* <i>En: 1913 kj /456 kc; Feh: 24,7 gr; Szh:21gr;Cuk:0,5gr;Só:1,1 gr; Zsír:20,6gr;Tzs:0,1gr;Kalc:209,06 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás
U z s o n n a	Turista felvágott *1,6* Csészes margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 653 kj /156 kc; Feh: 3,8 gr; Szh:19gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:6,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:12,7 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej	Magyaros vajkrém *7* Magvaskenyér *1,6,11* Zöldhagyma <i>En: 770 kj /183 kc; Feh: 8,3 gr; Szh:23gr;Cuk:0,2gr;Só:0,1 gr; Zsír:3,5gr;Tzs:1,3gr;Kalc:105,6 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Szezámag	Kakaós csiga *1,3,7* <i>En: 862 kj /205 kc; Feh: 4,7 gr; Szh:32gr;Cuk:6,1gr;Só:0 gr; Zsír:18,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Sertés májkrém *6,9,10* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Paradicsom <i>En: 857 kj /204 kc; Feh: 8,5 gr; Szh:29gr;Cuk:0,4gr;Só:0,7 gr; Zsír:5,9gr;Tzs:2,1gr;Kalc:12,8 gr</i> Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár	Mackósajt (25gr) *7* Szezámagos zsemle *1,11* Alma <i>En: 627 kj /149 kc; Feh: 4,3 gr; Szh:25gr;Cuk:1,3gr;Só:0,1 gr; Zsír:3,9gr;Tzs:2,2gr;Kalc:136 gr</i> Glutén, Tej, Szezámag	Szilva lekvár Csészes margarin *7* Félbarna kenyér *1* <i>En: 983 kj /234 kc; Feh: 4 gr; Szh:15gr;Cuk:11,2gr;Só:0,1 gr; Zsír:6,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:11,8 gr</i> Glutén, Tej
	<i>En: 4524 kj /1077 kc; Feh:41,6 gr;Szh:146gr;Cuk:52,7gr;Só:0,5gr;Zsír:23,2 gr;Tzs:3,4 gr;Kalc:426,02 gr</i>	<i>En: 4738 kj /1128 kc; Feh:51,8 gr;Szh:160gr;Cuk:13,7gr;Só:1,6gr;Zsír:28,5 gr;Tzs:2,9 gr;Kalc:535,51 gr</i>	<i>En: 4396 kj /1047 kc; Feh:62,1 gr;Szh:126gr;Cuk:31,6gr;Só:1,1gr;Zsír:44,1 gr;Tzs:7,1 gr;Kalc:350,69 gr</i>	<i>En: 4328 kj /1031 kc; Feh:45,1 gr;Szh:150gr;Cuk:17gr;Só:1,7gr;Zsír:27,4 gr;Tzs:5,9 gr;Kalc:686,17 gr</i>	<i>En: 4510 kj /1074 kc; Feh:44,3 gr;Szh:161gr;Cuk:28,4gr;Só:1,8gr;Zsír:25,7 gr;Tzs:6,9 gr;Kalc:202,63 gr</i>	<i>En: 4148 kj /988 kc; Feh:37,6 gr;Szh:81gr;Cuk:31,9gr;Só:1,4gr;Zsír:37,2 gr;Tzs:3,9 gr;Kalc:238,86 gr</i>

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: