

Heti étlap: 2024. 07. 08. - 2024. 07. 12. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2024. 07. 08. hétfő	2024. 07. 09. kedd	2024. 07. 10. szerda	2024. 07. 11. csütörtök	2024. 07. 12. péntek	2024. 07. 13. szombat
T í z ó r a i	<p>Kakaó *7* Zsemle *1* Vajkrém *7* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 1339 kj /319 kc; Feh: 11,2 gr; Szh:52gr;Cuk:10gr;Só:0,6 gr; Zsír:8,8gr;Tzs:0gr;Kalc:241,82 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Citromos tea *12* Medve sajt *7* Kifli *1,7*</p> <p><i>En: 712 kj /169 kc; Feh: 10,3 gr; Szh:34gr;Cuk:20,1gr;Só:1,1 gr; Zsír:13gr;Tzs:0gr;Kalc:35,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	<p>Citromos tea *12* Baromfi párizsi *1,6* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Alma</p> <p><i>En: 1473 kj /351 kc; Feh: 9 gr; Szh:55gr;Cuk:20,1gr;Só:0,7 gr; Zsír:11,1gr;Tzs:1,5gr;Kalc:33,4 gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab, Tej, Szulfítok</i></p>	<p>Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7* Gabonapehely **</p> <p><i>En: 1150 kj /274 kc; Feh: 11,2 gr; Szh:47gr;Cuk:14gr;Só:0 gr; Zsír:4,6gr;Tzs:0gr;Kalc:423,5 gr</i></p> <p><i>Tej, Földi mogyoró, Dió</i></p>	<p>Citromos tea *12* Sajtos-tejfölös lángos *1,7*</p> <p><i>En: 1442 kj /343 kc; Feh: 10,9 gr; Szh:50gr;Cuk:21gr;Só:0,5 gr; Zsír:10,9gr;Tzs:3,5gr;Kalc:195,19 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfítok</i></p>	
E b é d	<p>Húsleves *1,3,7,9,10* Székelykáposzta *1,7* Piskóta szelet *5,7*</p> <p><i>En: 1442 kj /343 kc; Feh: 22,1 gr; Szh:25gr;Cuk:0,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:14,4gr;Tzs:0gr;Kalc:209,68 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás</i></p>	<p>Sárgaborsó leves virslivel *1,6* Rizskók *3,7* Banán</p> <p><i>En: 3035 kj /723 kc; Feh: 29,1 gr; Szh:91gr;Cuk:33,1gr;Só:0,4 gr; Zsír:19,7gr;Tzs:6,1gr;Kalc:389,15 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Gyümölcsleves *1,3,7* Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka édesítővel *11,12*</p> <p><i>En: 2394 kj /570 kc; Feh: 39 gr; Szh:74gr;Cuk:20,8gr;Só:0,9 gr; Zsír:10,6gr;Tzs:0gr;Kalc:81,08 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Szezám, Szulfítok</i></p>	<p>Brokkoli krémleves *1,3,7,9* Zúzapörkölt Tarhonya *1,3* Vegyes savanyúság</p> <p><i>En: 1929 kj /459 kc; Feh: 13 gr; Szh:69gr;Cuk:10,9gr;Só:1,3 gr; Zsír:15,8gr;Tzs:0,6gr;Kalc:268,12 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás</i></p>	<p>Zöldbaleves *1,7* Rántott hal *1,3,4* Rizibizi Saláta joghurtos öntettel *3,7,10,12*</p> <p><i>En: 2056 kj /490 kc; Feh: 33,7 gr; Szh:74gr;Cuk:4,4gr;Só:1 gr; Zsír:16,2gr;Tzs:2,9gr;Kalc:235,83 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár, Szulfítok</i></p>	
U z s o n n a	<p>Pizzáscsiga *1,7*</p> <p><i>En: 1462 kj /348 kc; Feh: 4,2 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:9,5gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Sonkaszalámi *1* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kigyóuborka Csészés margarin *7*</p> <p><i>En: 762 kj /181 kc; Feh: 7,3 gr; Szh:20gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:9,4gr;Tzs:2,2gr;Kalc:17,1 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Dejós rétes *1,3,6,7,11*</p> <p><i>En: 545 kj /130 kc; Feh: 7,6 gr; Szh:27gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:8,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Szezám</i></p>	<p>Szalámi ricotta *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Paradicsom</p> <p><i>En: 779 kj /186 kc; Feh: 8,1 gr; Szh:26gr;Cuk:0,5gr;Só:0,4 gr; Zsír:6gr;Tzs:2,2gr;Kalc:115,97 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Mazsolás krémtúró *7* Teljes kiőrlésű zsömlé *1*</p> <p><i>En: 385 kj /92 kc; Feh: 6,3 gr; Szh:8gr;Cuk:6gr;Só:0,1 gr; Zsír:4,5gr;Tzs:0gr;Kalc:36,98 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Tej</i></p>	
	<p><i>En: 4244 kj /1010 kc; Feh:37,4 gr; Szh:102gr;Cuk:10,4gr;Só:1,8gr;Zsír:32,7 gr; Tzs:0 gr;Kalc:451,5 gr</i></p>	<p><i>En: 4508 kj /1073 kc; Feh:46,8 gr; Szh:144gr;Cuk:53,2gr;Só:1,7gr;Zsír:42,1 gr; Tzs:8,3 gr;Kalc:441,85 gr</i></p>	<p><i>En: 4412 kj /1050 kc; Feh:55,7 gr; Szh:156gr;Cuk:40,9gr;Só:1,6gr;Zsír:30,6 gr; Tzs:1,5 gr;Kalc:114,48 gr</i></p>	<p><i>En: 3858 kj /919 kc; Feh:32,3 gr; Szh:142gr;Cuk:25,4gr;Só:1,8gr;Zsír:26,4 gr; Tzs:2,8 gr;Kalc:807,59 gr</i></p>	<p><i>En: 3883 kj /925 kc; Feh:50,9 gr; Szh:133gr;Cuk:31,4gr;Só:1,5gr;Zsír:31,6 gr; Tzs:6,4 gr;Kalc:468 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: