

Heti étlap: 2024. 10. 07. - 2024. 10. 11. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2024. 10. 07. hétfő	2024. 10. 08. kedd	2024. 10. 09. szerda	2024. 10. 10. csütörtök	2024. 10. 11. péntek	2024. 10. 12. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Fatörzskifli *1,3,6,7* <i>En: 1481 kj /353 kc; Feh: 13,1 gr; Szh:58gr;Cuk:10gr;Só:0 gr; Zsír:8,3gr;Tzs:0gr;Kalc:257,92 gr</i> Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Gabonapehely ** <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> Tej, Földi magyoro, Dió	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* Baromfi virsli *1,6* Ketchup Teljes kiörlésű kenyér *1* <i>En: 1363 kj /324 kc; Feh: 12,8 gr; Szh:45gr;Cuk:23,3gr;Só:1 gr; Zsír:10gr;Tzs:0gr;Kalc:68,79 gr</i> Glutén, Szójabab, Szulfítok	Vaniliás tej *7* Zsemle *1* Csészes margarin *7* Kígyóborka <i>En: 1444 kj /344 kc; Feh: 11,5 gr; Szh:43gr;Cuk:12,3gr;Só:0,2 gr; Zsír:13,5gr;Tzs:1,5gr;Kalc:306,3 gr</i> Glutén, Tej	
E b é d	Meggyleves *1,3,7,12* Hortobágyi csirkeragu *3,4,6,7,9* Tésztaköret *1,3* Csemege uborka édesítővel *11,12* <i>En: 2115 kj /504 kc; Feh: 28 gr; Szh:76gr;Cuk:17,8gr;Só:1,5 gr; Zsír:9,1gr;Tzs:0,6gr;Kalc:147,92 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szezám, Szulfítok	Gombaleves *1,3,7,9* Sült csirkecomb Kukoricás rizs Vegyes saláta fokhagymás öntettel *7,10* <i>En: 2521 kj /600 kc; Feh: 42,1 gr; Szh:68gr;Cuk:0,8gr;Só:0,7 gr; Zsír:18,7gr;Tzs:2,4gr;Kalc:311,05 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Gomba, Tej, Tojás	Palócleves *1,3,7,9* Szilvalekváros gombóc *1,3* Porcukor Alma <i>En: 2418 kj /576 kc; Feh: 25,1 gr; Szh:142gr;Cuk:25,1gr;Só:0,7 gr; Zsír:8,4gr;Tzs:0gr;Kalc:144,17 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tej, Tojás	Lebbencsleves *1,3,7,9,10* Zöldborsófőzelék *1,7* Szezámagos rántott csirkemell *1,3,11* <i>En: 2100 kj /500 kc; Feh: 38,5 gr; Szh:79gr;Cuk:5,6gr;Só:0,6 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0,2gr;Kalc:207,38 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezám, Tej, Tojás	Húsleves *1,3,7,9,10* Rakott karfiol *7* Túrórudi *5,6,7,8* <i>En: 2081 kj /495 kc; Feh: 27,6 gr; Szh:50gr;Cuk:1gr;Só:0,5 gr; Zsír:18,2gr;Tzs:5,2gr;Kalc:126,01 gr</i> Glutén, Tojás, Földimogyoro, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Tej, Tojás	
U z s o n n a	Magyaros vajkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 671 kj /160 kc; Feh: 5,4 gr; Szh:24gr;Cuk:0,4gr;Só:0,3 gr; Zsír:3,7gr;Tzs:2gr;Kalc:14,9 gr</i> Glutén, Tej	Vajas pogácsa *1,3,7* Körte <i>En: 852 kj /203 kc; Feh: 3,2 gr; Szh:32gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:7,5gr;Tzs:10gr;Kalc:9,9 gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Sertés májkrém *6,9,10* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kígyóborka <i>En: 848 kj /202 kc; Feh: 8,5 gr; Szh:29gr;Cuk:0,4gr;Só:0,7 gr; Zsír:5,8gr;Tzs:2,1gr;Kalc:15,5 gr</i> Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár	Füstölt sajt ** Csészes margarin *7* Piros retek Félbarna kenyér *1* <i>En: 1061 kj /253 kc; Feh: 10 gr; Szh:5gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:13,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:47,3 gr</i> Glutén, Tej, Tej	Mogyorókrém *5,6,7* Teljes kiörlésű kenyér *1* <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> Glutén, Földimogyoro, Szójabab, Tej	
	<i>En: 4267 kj /1016 kc; Feh:46,6 gr; Szh:158gr;Cuk:28,2gr;Só:1,8gr;Zsír:21,1 gr; Tzs:2,6 gr;Kalc:420,74 gr</i>	<i>En: 4523 kj /1077 kc; Feh:56,5 gr; Szh:147gr;Cuk:14,8gr;Só:0,9gr;Zsír:30,9 gr; Tzs:12,4 gr;Kalc:744,45 gr</i>	<i>En: 4274 kj /1018 kc; Feh:41,6 gr; Szh:208gr;Cuk:37,9gr;Só:1,9gr;Zsír:19,9 gr; Tzs:5,1 gr;Kalc:544,67 gr</i>	<i>En: 4524 kj /1077 kc; Feh:61,3 gr; Szh:129gr;Cuk:28,9gr;Só:1,7gr;Zsír:29,4 gr; Tzs:1,7 gr;Kalc:323,47 gr</i>	<i>En: 4597 kj /1094 kc; Feh:44,5 gr; Szh:133gr;Cuk:28,8gr;Só:0,9gr;Zsír:40,1 gr; Tzs:9,4 gr;Kalc:473,31 gr</i>	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: