

Heti étlap: 2025. 01. 20. - 2025. 01. 24. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 01. 20. hétfő	2025. 01. 21. kedd	2025. 01. 22. szerda	2025. 01. 23. csütörtök	2025. 01. 24. péntek	2025. 01. 25. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Briós *1,3,7* <i>En: 997 kj /237 kc; Feh: 11,4 gr; Szh:41gr;Cuk:10gr;Só:0 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:0gr;Kalc:314,42 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Citromos tea *12* Mackósajt (25gr) *7* Kifli *1,7* Alma <i>En: 1219 kj /290 kc; Feh: 5,8 gr; Szh:54gr;Cuk:21,4gr;Só:0,6 gr; Zsír:5gr;Tzs:2,2gr;Kalc:206,6 gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Citromos tea *12* Kenőmájas *1,6* Zsemle *1* Retek <i>En: 1207 kj /287 kc; Feh: 6,4 gr; Szh:53gr;Cuk:20,4gr;Só:0,8 gr; Zsír:5,2gr;Tzs:2gr;Kalc:10,6 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Szulfítok</i>	Citromos tea *12* Főtt kemény tojás *3* Csészés margarin *7* Félbarna kenyér *1* Kígyóborka <i>En: 1238 kj /295 kc; Feh: 7,1 gr; Szh:24gr;Cuk:20,1gr;Só:0,1 gr; Zsír:6,7gr;Tzs:1,5gr;Kalc:33,9 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Szulfítok</i>	Vaniliás tej *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1397 kj /333 kc; Feh: 12,2 gr; Szh:39gr;Cuk:12,3gr;Só:0,5 gr; Zsír:13,6gr;Tzs:1,5gr;Kalc:338,9 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
E b é d	Ivólé Milánói sertésborda *1,3,7,9,10* Mandarin <i>En: 2552 kj /608 kc; Feh: 31,4 gr; Szh:89gr;Cuk:20,6gr;Só:1 gr; Zsír:16,5gr;Tzs:5,1gr;Kalc:361,2 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Gomba</i>	Csontleves *1,3,7,9,10* Székelypáposzta *1,7* <i>En: 1405 kj /334 kc; Feh: 21,6 gr; Szh:22gr;Cuk:0,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:14,8gr;Tzs:0gr;Kalc:210,47 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás</i>	Gulyásleves *1,3,7,9,10* Tejberizs *7* Narancs <i>En: 2496 kj /594 kc; Feh: 26,8 gr; Szh:85gr;Cuk:16,1gr;Só:0,2 gr; Zsír:14,2gr;Tzs:1,9gr;Kalc:449,55 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás</i>	ABC tésztales *1,3,7,9,10* Zöldborsófőzelék *1,7* Sült csirkecomb <i>En: 2368 kj /564 kc; Feh: 49,1 gr; Szh:60gr;Cuk:5,3gr;Só:0,8 gr; Zsír:14gr;Tzs:0,1gr;Kalc:227,41 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás</i>	Karfiolleves *1,3,7,9* Paprikás burgonya virslivel *6,9,10,12* Szilva befőtt <i>En: 2432 kj /579 kc; Feh: 20,2 gr; Szh:60gr;Cuk:1gr;Só:1,2 gr; Zsír:23,7gr;Tzs:4,3gr;Kalc:102,74 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tej, Tojás</i>	
U z s o n n a	Olasz felvágott *1,6,7* Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kígyóborka <i>En: 1039 kj /247 kc; Feh: 8 gr; Szh:22gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr; Zsír:14,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:18,2 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	Mazsolás krémtúró *7* Teljes kiőrlésű zsemle *1* <i>En: 1275 kj /304 kc; Feh: 14,9 gr; Szh:60gr;Cuk:6gr;Só:0,1 gr; Zsír:5,2gr;Tzs:0gr;Kalc:58,98 gr</i> <i>Glutén, Tej, Tej</i>	Magyaros vajkrém *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 797 kj /190 kc; Feh: 7,6 gr; Szh:25gr;Cuk:0,4gr;Só:0,3 gr; Zsír:4gr;Tzs:2gr;Kalc:84,8 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Füstölt sajt ** Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Savanyított káposzta <i>En: 1015 kj /242 kc; Feh: 9,7 gr; Szh:20gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:13,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:143 gr</i> <i>Glutén, Tej, Tej</i>	Vajas pogácsa *1,3,7* Alma <i>En: 748 kj /178 kc; Feh: 3,2 gr; Szh:26gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:7,5gr;Tzs:10gr;Kalc:10 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	
	<i>En: 4588 kj /1092 kc; Feh:50,7 gr;Szh:152gr;Cuk:30,6gr;Só:1,7gr;Zsír:37,1 gr;Tzs:6,6 gr;Kalc:693,82 gr</i>	<i>En: 3899 kj /928 kc; Feh:42,2 gr;Szh:137gr;Cuk:27,8gr;Só:1,8gr;Zsír:24,9 gr;Tzs:2,2 gr;Kalc:476,05 gr</i>	<i>En: 4500 kj /1072 kc; Feh:40,9 gr;Szh:163gr;Cuk:37gr;Só:1,3gr;Zsír:23,4 gr;Tzs:5,9 gr;Kalc:544,95 gr</i>	<i>En: 4620 kj /1100 kc; Feh:65,9 gr;Szh:104gr;Cuk:25,4gr;Só:1,2gr;Zsír:33,9 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:404,31 gr</i>	<i>En: 4577 kj /1090 kc; Feh:35,6 gr;Szh:125gr;Cuk:13,3gr;Só:1,9gr;Zsír:44,8 gr;Tzs:15,9 gr;Kalc:451,64 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: