

Heti étlap: 2025. 02. 24. - 2025. 02. 28. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 02. 24. hétfő	2025. 02. 25. kedd	2025. 02. 26. szerda	2025. 02. 27. csütörtök	2025. 02. 28. péntek	2025. 03. 01. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Kenőmájás *1,6* Teljes kiőrlésű zsemle *1* <i>En: 1763 kJ /420 kc; Feh: 19,6 gr; Szh:77gr;Cuk:10,3gr;Só:0,6 gr; Zsír:9,2gr;Tzs:2gr;Kalc:321,42 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	Gyümölcs joghurt(0,12l) *1,7,8* Kifli *1,7* <i>En: 310 kJ /74 kc; Feh: 3,1 gr; Szh:1gr;Cuk:14,6gr;Só:0 gr; Zsír:2,3gr;Tzs:0gr;Kalc:180 gr</i> <i>Glutén, Tej, Dió</i>	Félbarna kenyér *1* Citromos tea *12* Füstölt sajt ** Csészés margarin *7* Retek <i>En: 1259 kJ /300 kc; Feh: 8,4 gr; Szh:23gr;Cuk:20,1gr;Só:0,1 gr; Zsír:13gr;Tzs:1,5gr;Kalc:115,9 gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Vajkrém *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kígyóborka <i>En: 924 kJ /220 kc; Feh: 11,2 gr; Szh:31gr;Cuk:0gr;Só:0,3 gr; Zsír:8,5gr;Tzs:0gr;Kalc:251,1 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Karamell *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1337 kJ /318 kc; Feh: 11,5 gr; Szh:48gr;Cuk:10gr;Só:0,5 gr; Zsír:9,6gr;Tzs:1,5gr;Kalc:274,9 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
E b é d	Húsleves *1,3,7,9,10* Meggymártás *1,3,7* Főtt darálthús <i>En: 1822 kJ /434 kc; Feh: 24,4 gr; Szh:56gr;Cuk:30,9gr;Só:0,7 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:0,2gr;Kalc:156,02 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Paradisomleves *1* Marhapörkölt *3,4,6,7,9* Burgonya Szilva befőtt <i>En: 2710 kJ /645 kc; Feh: 27,7 gr; Szh:84gr;Cuk:10,3gr;Só:1,5 gr; Zsír:15,9gr;Tzs:0gr;Kalc:59,1 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller</i>	Lebbensleves *1,3,7,9,10* Zöldborsófőzelék *1,7* Párolt csirkemell <i>En: 1777 kJ /423 kc; Feh: 36,9 gr; Szh:58gr;Cuk:5,3gr;Só:0,5 gr; Zsír:4,8gr;Tzs:0,1gr;Kalc:197,43 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Karalábé leves *1,3,7,9* Csőben sült mexikói rizseshús *3,4,6,7,9* <i>En: 2709 kJ /645 kc; Feh: 28,6 gr; Szh:92gr;Cuk:0,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:16,2gr;Tzs:2,7gr;Kalc:172,69 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Tojás</i>	Húsgaluska leves *1,3,7,9,10* Sajtos metélt *1,3,7* Narancs <i>En: 2147 kJ /511 kc; Feh: 25,2 gr; Szh:53gr;Cuk:0,5gr;Só:0,5 gr; Zsír:20,8gr;Tzs:4,8gr;Kalc:290,57 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	
U z s o n n a	Cukroskifli *1,3,7* Alma <i>En: 566 kJ /135 kc; Feh: 3 gr; Szh:26gr;Cuk:12gr;Só:0 gr; Zsír:4,5gr;Tzs:0gr;Kalc:46 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Sajtkrém *7* Kaliforniai paprika Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 1032 kJ /246 kc; Feh: 9,2 gr; Szh:24gr;Cuk:0,1gr;Só:0,4 gr; Zsír:11,8gr;Tzs:6,6gr;Kalc:151,1 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Lekvár Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 1050 kJ /250 kc; Feh: 4,8 gr; Szh:43gr;Cuk:18gr;Só:0,2 gr; Zsír:6,6gr;Tzs:1,5gr;Kalc:15,8 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Szalámis ricotta *1,7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Savanyított káposzta <i>En: 705 kJ /168 kc; Feh: 8 gr; Szh:25gr;Cuk:0,5gr;Só:0,3 gr; Zsír:4,5gr;Tzs:1,5gr;Kalc:146,57 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Sertéspárizsi *1,6,9,12* Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1093 kJ /260 kc; Feh: 9,9 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,5 gr; Zsír:11,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:89,8 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok</i>	
	<i>En: 4150 kJ /988 kc; Feh:47,1 gr;Szh:159gr;Cuk:53,2gr;Só:1,2gr;Zsír:23,8 gr;Tzs:2,2 gr;Kalc:523,44 gr</i>	<i>En: 4052 kJ /965 kc; Feh:40 gr;Szh:109gr;Cuk:25gr;Só:1,9gr;Zsír:30,1 gr;Tzs:6,6 gr;Kalc:390,2 gr</i>	<i>En: 4086 kJ /973 kc; Feh:50,2 gr;Szh:124gr;Cuk:43,4gr;Só:0,8gr;Zsír:24,4 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:329,13 gr</i>	<i>En: 4338 kJ /1033 kc; Feh:47,7 gr;Szh:148gr;Cuk:0,9gr;Só:1,7gr;Zsír:29,2 gr;Tzs:4,2 gr;Kalc:570,36 gr</i>	<i>En: 4577 kJ /1090 kc; Feh:46,6 gr;Szh:125gr;Cuk:10,5gr;Só:1,6gr;Zsír:41,8 gr;Tzs:7,8 gr;Kalc:655,27 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: