

Heti étlap: 2025. 05. 12. - 2025. 05. 17. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 05. 12. hétfő	2025. 05. 13. kedd	2025. 05. 14. szerda	2025. 05. 15. csütörtök	2025. 05. 16. péntek	2025. 05. 17. szombat
T í z ó r a i	Karamell *7* Zsemle *1* Vajkrém *7* <i>En: 1282 kj /305 kc; Feh:10,9gr Szh:52gr;Cuk:10gr;Só:0,3gr Zsír:8,6gr;Tzs:0gr;Kalc:237,8gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Citromos tea *12* Mackósajt (25gr) *7* Teljes kiőrlésű kifli *1,7* Alma <i>En: 933 kj /222 kc; Feh:4,9gr Szh:41gr;Cuk:21,4gr;Só:0,1gr Zsír:5,3gr;Tzs:2,2gr;Kalc:125,6gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Főtt kemény tojás *3* Csészés margarin *7* Félbarna kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1403 kj /334 kc; Feh:15,7gr Szh:14gr;Cuk:0gr;Só:0,1gr Zsír:9,9gr;Tzs:1,5gr;Kalc:336,8gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Citromos tea *12* Trappista sajt *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kígyóborka <i>En: 1024 kj /244 kc; Feh:9,7gr Szh:35gr;Cuk:20,1gr;Só:0,4gr Zsír:7,2gr;Tzs:4,2gr;Kalc:211,7gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Kakaó *7* Cukroskifli *1,3,7* <i>En: 1073 kj /255 kc; Feh:11,4gr Szh:42gr;Cuk:22gr;Só:0gr Zsír:8,1gr;Tzs:0gr;Kalc:331,92gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Gyümölcs joghurt(0,12l) *1,7,8* Kifli *1,7* <i>En: 856 kj /204 kc; Feh:6,9gr Szh:25gr;Cuk:14,6gr;Só:0,5gr Zsír:3,3gr;Tzs:0gr;Kalc:250gr</i> <i>Glutén, Tej, Dió</i>
E b é d	Almaleves *1,3,7,12* Bácskai rizseshús *3,4,6,7,9* Csemege uborka édesítővel *11,12* <i>En: 2371 kj /564 kc; Feh:23,9gr Szh:79gr;Cuk:16,4gr;Só:1,5gr Zsír:13,4gr;Tzs:2gr;Kalc:157,98gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szezámag, Szulfítok</i>	Ivólé Zsemle *1* Sonkaszalámi *1* Csészés margarin *7* Piros retek <i>En: 2343 kj /558 kc; Feh:18gr Szh:84gr;Cuk:18gr;Só:0,5gr Zsír:20,5gr;Tzs:4,8gr;Kalc:8,6gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Csontleves *1,3,7,9,10* Rántott hal *1,3,4* Burgonyapüré *7* Saláta joghurtos öntettel *3,7,10,12* <i>En: 2088 kj /497 kc; Feh:40,1gr Szh:81gr;Cuk:2,5gr;Só:1gr Zsír:12,1gr;Tzs:1,2gr;Kalc:312,06gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tojás</i>	Húsos zöldborsóleves *1,3,7,9* Túrós metélt *1,3,7* Alma <i>En: 2356 kj /561 kc; Feh:32,1gr Szh:70gr;Cuk:0,8gr;Só:1gr Zsír:15,8gr;Tzs:0,6gr;Kalc:154,51gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tojás</i>	Tarhonyaleves *1,3,7,9,10* Burgonyafőzelék *1,7* Lecsószelet *1* <i>En: 2275 kj /542 kc; Feh:28,3gr Szh:77gr;Cuk:8,1gr;Só:1,1gr Zsír:12,5gr;Tzs:0,2gr;Kalc:147,47gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Karalábé leves *1,3,7,9* Bakonyi sertésborda *1,7* Rizs Cékla savanyúság ** <i>En: 2460 kj /586 kc; Feh:25,4gr Szh:73gr;Cuk:3,7gr;Só:1,1gr Zsír:18,8gr;Tzs:2gr;Kalc:230,86gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Gomba, Szulfítok, Tojás</i>
U z s o n n a	Kenőmájás *1,6* Savanyított káposzta Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 756 kj /180 kc; Feh:7,3gr Szh:26gr;Cuk:0,3gr;Só:0,8gr Zsír:5,2gr;Tzs:2gr;Kalc:45,9gr</i> <i>Glutén, Szójabab</i>	Mákos rétes *1,3,7* <i>En: 1120 kj /267 kc; Feh:7,6gr Szh:47gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:14,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Lekvár Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 995 kj /237 kc; Feh:4,8gr Szh:40gr;Cuk:15gr;Só:0,2gr Zsír:6,6gr;Tzs:1,5gr;Kalc:15,3gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Kolbászkrem *1,6,7,9,10,12* Félbarna kenyér *1* Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 1179 kj /281 kc; Feh:5,9gr Szh:3gr;Cuk:0,1gr;Só:0,1gr Zsír:15,4gr;Tzs:6,9gr;Kalc:27,48gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok</i>	Szalámis ricotta *1,7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 861 kj /205 kc; Feh:10,2gr Szh:25gr;Cuk:0,6gr;Só:0,3gr Zsír:5,1gr;Tzs:1,8gr;Kalc:204,17gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Sajtosrúd *1,3,7* <i>En: 880 kj /210 kc; Feh:6,5gr Szh:40gr;Cuk:4,8gr;Só:0,2gr Zsír:23,8gr;Tzs:12,5gr;Kalc:100gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>
	<i>En: 4409 kj /1050 kc; Feh:42,1 gr;Szh:157gr;Cuk:26,8gr;Só:2,7gr;Zsír:27,2 gr;Tzs:4,1 gr;Kalc:441,68 gr</i>	<i>En: 4397 kj /1047 kc; Feh:30,5 gr;Szh:173gr;Cuk:39,5gr;Só:0,6gr;Zsír:40,2 gr;Tzs:7 gr;Kalc:134,2 gr</i>	<i>En: 4486 kj /1068 kc; Feh:60,6 gr;Szh:135gr;Cuk:17,5gr;Só:1,3gr;Zsír:28,6 gr;Tzs:4,2 gr;Kalc:664,16 gr</i>	<i>En: 4559 kj /1085 kc; Feh:47,7 gr;Szh:108gr;Cuk:21gr;Só:1,6gr;Zsír:38,4 gr;Tzs:11,8 gr;Kalc:393,69 gr</i>	<i>En: 4208 kj /1002 kc; Feh:49,9 gr;Szh:144gr;Cuk:30,7gr;Só:1,4gr;Zsír:25,7 gr;Tzs:2 gr;Kalc:683,56 gr</i>	<i>En: 4196 kj /999 kc; Feh:38,8 gr;Szh:139gr;Cuk:23,1gr;Só:1,8gr;Zsír:45,9 gr;Tzs:14,6 gr;Kalc:580,86 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: