

Heti étlap: 2025. 06. 23. - 2025. 06. 29. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 06. 23. hétfő	2025. 06. 24. kedd	2025. 06. 25. szerda	2025. 06. 26. csütörtök	2025. 06. 27. péntek	2025. 06. 28. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Briós *1,3,7* Csészes margarin *7* <i>En: 1348 kj /321 kc; Feh:14gr Szh:59gr;Cuk:10gr;Só:0gr Zsír:8,6gr;Tzs:0gr;Kalc:331,92gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Citromos tea *12* Lángos *1,7* <i>En: 1483 kj /353 kc; Feh:11,1gr Szh:51gr;Cuk:21gr;Só:0,3gr Zsír:11,9gr;Tzs:3,5gr;Kalc:200,14gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Vajkrém *7* Piros retek <i>En: 1027 kj /245 kc; Feh:11,4gr Szh:38gr;Cuk:0gr;Só:0,6gr Zsír:8gr;Tzs:0gr;Kalc:213,8gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Citromos tea *12* Baromfi virsli *1,6* Ketchup Félbarna kenyér *1* <i>En: 1312 kj /312 kc; Feh:10,8gr Szh:29gr;Cuk:24,3gr;Só:0,9gr Zsír:8,2gr;Tzs:0gr;Kalc:59,22gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Szulfítok</i>	Karamell *7* Cukroskifli *1,3,7* <i>En: 958 kj /228 kc; Feh:9,4gr Szh:39gr;Cuk:22gr;Só:0gr Zsír:7,1gr;Tzs:0gr;Kalc:271gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	
E b é d	Frankfurti leves *1,3,6,7,9* Szilvalekváros gombóc *1,3* Cseresznye <i>En: 2371 kj /565 kc; Feh:21,1gr Szh:140gr;Cuk:15,1gr;Só:0,8gr Zsír:9,7gr;Tzs:0gr;Kalc:133,85gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Tojás</i>	Gombaleves *1,3,7,9* Rakott burgonya *1,3,6,7,9,10,12* Cékla savanyúság ** <i>En: 2288 kj /545 kc; Feh:20,1gr Szh:63gr;Cuk:0,2gr;Só:0,7gr Zsír:14,9gr;Tzs:0gr;Kalc:302,77gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Gomba, Szulfítok, Tojás</i>	Karfiolleves *1,3,7,9* Bolognai spagetti *1,3,7,9,10* Körte <i>En: 2560 kj /610 kc; Feh:32,3gr Szh:73gr;Cuk:2,3gr;Só:1gr Zsír:19,4gr;Tzs:5gr;Kalc:309,13gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Gyümölcsleves *1,3,7* Pírtott máj Bulgúr *1,5,6,8,11* Körte befőtt *12* <i>En: 2182 kj /519 kc; Feh:20,4gr Szh:78gr;Cuk:19,3gr;Só:0,6gr Zsír:12,2gr;Tzs:0,2gr;Kalc:86,05gr</i> <i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Szezámag, Szulfítok</i>	ABC téstaleves *1,3,7,9,10* Burgonyafőzelék *1,7* Sült csirkecomb <i>En: 2391 kj /569 kc; Feh:42,2gr Szh:67gr;Cuk:7,7gr;Só:1,3gr Zsír:14gr;Tzs:0,2gr;Kalc:138,41gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	
U z s o n n a	Sertés májkrém *6,9,10* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldpaprika <i>En: 854 kj /203 kc; Feh:8,4gr Szh:30gr;Cuk:0,4gr;Só:0,7gr Zsír:5,9gr;Tzs:2,1gr;Kalc:14,6gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár</i>	Gyümölcs joghurt(0,12l) *1,7,8* Kifli *1,7* <i>En: 583 kj /139 kc; Feh:5gr Szh:13gr;Cuk:14,6gr;Só:0,2gr Zsír:2,8gr;Tzs:0gr;Kalc:215gr</i> <i>Glutén, Tej, Dió</i>	Áfonya lekvár Csészes 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:12,8gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Trappista sajt *7* Csészes margarin *7* Teljes kiőrlésű zsemle *1* Kígyóuborka <i>En: 1041 kj /248 kc; Feh:11,1gr Szh:27gr;Cuk:0gr;Só:0,4gr Zsír:13gr;Tzs:5,8gr;Kalc:217,3gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Sonkaszalámi *1* Csészes margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldpaprika <i>En: 899 kj /214 kc; Feh:9gr Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:10,3gr;Tzs:2,4gr;Kalc:18,9gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
	<i>En: 4573 kj /1089 kc; Feh:43,5 gr;Szh:228gr;Cuk:25,4gr;Só:1,5gr;Zsír: 24,2 gr;Tzs:2,2 gr;Kalc:480,37 gr</i>	<i>En: 4354 kj /1037 kc; Feh:36,1 gr;Szh:127gr;Cuk:35,9gr;Só:1,2gr;Zsír: 29,5 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:717,91 gr</i>	<i>En: 4582 kj /1091 kc; Feh:48,4 gr;Szh:150gr;Cuk:17,3gr;Só:1,8gr;Zsír: 34 gr;Tzs:6,5 gr;Kalc:535,73 gr</i>	<i>En: 4534 kj /1079 kc; Feh:42,3 gr;Szh:133gr;Cuk:43,6gr;Só:1,9gr;Zsír: 33,4 gr;Tzs:5,9 gr;Kalc:362,57 gr</i>	<i>En: 4248 kj /1011 kc; Feh:60,6 gr;Szh:131gr;Cuk:29,8gr;Só:1,6gr;Zsír: 31,4 gr;Tzs:2,5 gr;Kalc:428,31 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: