

Heti étlap: 2025. 06. 09. - 2025. 06. 13. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 06. 09. hétfő	2025. 06. 10. kedd	2025. 06. 11. szerda	2025. 06. 12. csütörtök	2025. 06. 13. péntek	2025. 06. 14. szombat
T í z ó r a i		Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Vajkrém *7* Zöldpaprika <i>En: 1083 kj /258 kc; Feh:12,1gr</i> <i>Sznh:40gr;Cuk:0gr;Só:0,6gr</i> <i>Zsír:8,7gr;Tzs:0gr;Kalc:276,4gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Citromos tea *12* Füstölt sajt ** Csészés margarin *7* Félbarna kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 1584 kj /377 kc; Feh:10,4gr</i> <i>Sznh:24gr;Cuk:20,1gr;Só:0,1gr</i> <i>Zsír:13,3gr;Tzs:1,5gr;Kalc:116,5gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Citromos tea *12* Tojásrántotta *3* Teljes kiörlésű kenyér *1* Alma <i>En: 1438 kj /342 kc; Feh:13,3gr</i> <i>Sznh:52gr;Cuk:20,1gr;Só:0,3gr</i> <i>Zsír:2,9gr;Tzs:0gr;Kalc:72,62gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szulfítok</i>	Kakaó *7* Kenőmájás *1,6* Teljes kiörlésű kenyér *1* Piros retek <i>En: 1437 kj /342 kc; Feh:17gr</i> <i>Sznh:51gr;Cuk:10,3gr;Só:0,8gr</i> <i>Zsír:9,3gr;Tzs:2gr;Kalc:310,42gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	
E b é d		Gulyásleves *1,3,7,9,10* Káposztás kocka *1,3* Banán <i>En: 2495 kj /594 kc; Feh:23,8gr</i> <i>Sznh:108gr;Cuk:2,4gr;Só:0,6gr</i> <i>Zsír:8gr;Tzs:0,7gr;Kalc:383,65gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Pirított tésztalesves *1,3,7,9,10* Sárgaborsó főzelék *1,10* Fasírt *1,3* <i>En: 1941 kj /462 kc; Feh:31,4gr</i> <i>Sznh:37gr;Cuk:0,7gr;Só:1,3gr</i> <i>Zsír:7,7gr;Tzs:0,1gr;Kalc:83,01gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Ivólé Rántott hal *1,3,4* Mexikói rizs Vegyes savanyúság <i>En: 1932 kj /460 kc; Feh:33gr</i> <i>Sznh:95gr;Cuk:28,2gr;Só:1gr</i> <i>Zsír:7gr;Tzs:1,7gr;Kalc:131,15gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal</i>	Almaleves *1,3,7,12* Sertéspörkölt Burgonya Csemege uborka édesítővel *11,12* <i>En: 2412 kj /574 kc; Feh:26,9gr</i> <i>Sznh:89gr;Cuk:15,3gr;Só:0,9gr</i> <i>Zsír:11gr;Tzs:0gr;Kalc:179,23gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Szezám, Szulfítok</i>	
U z s o n n a		Zala felvágott *1,6* Csészés margarin *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kígyóuborka <i>En: 939 kj /224 kc; Feh:8,8gr</i> <i>Sznh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,6gr</i> <i>Zsír:10,3gr;Tzs:2,8gr;Kalc:17,3gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	Málnás túrókrém *7* Teljes kiörlésű zsömlé *1* <i>En: 763 kj /182 kc; Feh:9,7gr</i> <i>Sznh:31gr;Cuk:4gr;Só:0,1gr</i> <i>Zsír:4,1gr;Tzs:0gr;Kalc:41gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Gyümölcs joghurt(0,12l) *1,7,8* Kifli *1,7* <i>En: 856 kj /204 kc; Feh:6,9gr</i> <i>Sznh:25gr;Cuk:14,6gr;Só:0,5gr</i> <i>Zsír:3,3gr;Tzs:0gr;Kalc:250gr</i> <i>Glutén, Tej, Dió</i>	Dejós rétes *1,3,6,7,11* <i>En: 545 kj /130 kc; Feh:7,6gr</i> <i>Sznh:27gr;Cuk:0gr;Só:0gr</i> <i>Zsír:8,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Szezám</i>	
		<i>En: 4518 kj /1076 kc; Feh:44,7gr;Sznh:173gr;Cuk:2,5gr;Só:1,9gr;Zsír:27,1gr;Tzs:3,6gr;Kalc:677,35gr</i>	<i>En: 4289 kj /1021 kc; Feh:51,5gr;Sznh:93gr;Cuk:24,8gr;Só:1,4gr;Zsír:25,1gr;Tzs:1,6gr;Kalc:240,51gr</i>	<i>En: 4226 kj /1006 kc; Feh:53,2gr;Sznh:171gr;Cuk:63gr;Só:1,8gr;Zsír:13,2gr;Tzs:1,7gr;Kalc:453,77gr</i>	<i>En: 4394 kj /1046 kc; Feh:51,6gr;Sznh:166gr;Cuk:25,6gr;Só:1,6gr;Zsír:29,2gr;Tzs:2,1gr;Kalc:489,65gr</i>	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: