

Heti étlap: 2025. 09. 08. - 2025. 09. 12. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 09. 08. hétfő	2025. 09. 09. kedd	2025. 09. 10. szerda	2025. 09. 11. csütörtök	2025. 09. 12. péntek	2025. 09. 13. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Zsemle *1* Zöldpaprika Vajkrém *7* <i>En: 1114 kj /265 kc; Feh:11,3gr Szh:41gr;Cuk:10gr;Só:0,2gr Zsír:9,3gr;Tzs:0gr;Kalc:302,32gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Citromos tea *12* Mackósajt (25gr) *7* Kifli *1,7* Alma <i>En: 1219 kj /290 kc; Feh:5,8gr Szh:54gr;Cuk:21,4gr;Só:0,6gr Zsír:5gr;Tzs:2,2gr;Kalc:206,6gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Kakaós csiga *1,3,7* <i>En: 1230 kj /293 kc; Feh:11,5gr Szh:43gr;Cuk:6,1gr;Só:0gr Zsír:21,9gr;Tzs:0gr;Kalc:236gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Citromos tea *12* Füstölt sajt ** Teljes kiőrlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1568 kj /373 kc; Feh:11,3gr Szh:49gr;Cuk:20,1gr;Só:0,3gr Zsír:13,5gr;Tzs:1,5gr;Kalc:117,7gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Citromos tea *12* Sonkakrém *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Paradicsom <i>En: 1462 kj /348 kc; Feh:6,9gr Szh:46gr;Cuk:20,2gr;Só:0,4gr Zsír:16,4gr;Tzs:6,9gr;Kalc:20,35gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	
E b é d	Tárkonyos sertésraguleves *1,3,7,9* Mákos metélt *1,3,5,6,7,8,11* Szőlő <i>En: 2627 kj /625 kc; Feh:26gr Szh:86gr;Cuk:24,1gr;Só:1gr Zsír:18,3gr;Tzs:1,4gr;Kalc:371,69gr</i> <i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Szezámag, Gomba, Tojás</i>	Karfiollevés *1,3,7,9* Burgonyapüré *7* Stefánia szelet *1,3* Vegyes savanyúság <i>En: 2491 kj /593 kc; Feh:31,7gr Szh:84gr;Cuk:10,1gr;Só:1,4gr Zsír:15,2gr;Tzs:0gr;Kalc:315,27gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tojás</i>	Hamisgulyásleves *1,3,7,9,10* Zöldbabfőzelék *1,7* Párolt csirkemell <i>En: 1658 kj /395 kc; Feh:29,4gr Szh:39gr;Cuk:12,8gr;Só:1,1gr Zsír:13,6gr;Tzs:0,2gr;Kalc:213,53gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Zöldségleves *1,3,7,9,10* Bácskai rizseshús *3,4,6,7,9* Uborkasaláta <i>En: 1835 kj /437 kc; Feh:23,2gr Szh:59gr;Cuk:3,3gr;Só:1,2gr Zsír:10,1gr;Tzs:2gr;Kalc:88,39gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Ivólé Szendvics *1,7,12* <i>En: 2181 kj /519 kc; Feh:16,4gr Szh:83gr;Cuk:18gr;Só:0,5gr Zsír:14,4gr;Tzs:3gr;Kalc:24,66gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	
U z s o n n a	Kenőmájás *1,6* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Paradicsom <i>En: 657 kj /157 kc; Feh:6,3gr Szh:21gr;Cuk:0,3gr;Só:0,7gr Zsír:5,1gr;Tzs:2gr;Kalc:13,1gr</i> <i>Glutén, Szójabab</i>	Mazsolás krémtúró *7* Teljes kiőrlésű zsemle *1* <i>En: 830 kj /198 kc; Feh:10,6gr Szh:34gr;Cuk:6gr;Só:0,1gr Zsír:4,8gr;Tzs:0gr;Kalc:47,98gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Sajtos párizsi *1,6* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Kígyóuborka <i>En: 949 kj /226 kc; Feh:7,5gr Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:11,1gr;Tzs:1,5gr;Kalc:17,3gr</i> <i>Glutén, Szójabab, 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>	Vajas pogácsa *1,3,7* Alma <i>En: 1433 kj /341 kc; Feh:6,2gr Szh:48gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:14,8gr;Tzs:20gr;Kalc:15gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	
	<i>En: 4398 kj /1047 kc; Feh:43,6 gr;Szh:148gr;Cuk:34,4gr;Só:2gr;Zsír:32,7 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:687,11 gr</i>	<i>En: 4540 kj /1081 kc; Feh:48,1 gr;Szh:173gr;Cuk:37,5gr;Só:2gr;Zsír:25 gr;Tzs:2,2 gr;Kalc:569,85 gr</i>	<i>En: 3837 kj /914 kc; Feh:48,4 gr;Szh:106gr;Cuk:18,9gr;Só:1,4gr;Zsír:46,6 gr;Tzs:1,7 gr;Kalc:466,83 gr</i>	<i>En: 4260 kj /1014 kc; Feh:41,5 gr;Szh:133gr;Cuk:38gr;Só:2gr;Zsír:26,9 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:456,09 gr</i>	<i>En: 5076 kj /1208 kc; Feh:29,4 gr;Szh:176gr;Cuk:38,2gr;Só:1gr;Zsír:45,5 gr;Tzs:29,9 gr;Kalc:60,01 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: