

Heti étlap: 2025. 11. 03. - 2025. 11. 07. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 11. 03. hétfő	2025. 11. 04. kedd	2025. 11. 05. szerda	2025. 11. 06. csütörtök	2025. 11. 07. péntek	2025. 11. 08. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Vaj *7* Kígyóuborka <i>En: 1688 kj /402 kc; Feh:13,9gr Szh:51gr;Cuk:10,1gr;Só:0,5gr Zsír:17,1gr;Tzs:6,9gr;Kalc:340,17gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Citromos tea *12* Magyaros vajkrém *7* Teljes kiőrlésű zsemle *1* Alma <i>En: 1171 kj /279 kc; Feh:8,9gr Szh:68gr;Cuk:10,1gr;Só:0gr Zsír:1gr;Tzs:0gr;Kalc:30,6gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Citromos tea *12* Zsemle *1* Kenőmájás *1,6* Piros retek <i>En: 1087 kj /259 kc; Feh:7,2gr Szh:44gr;Cuk:10,4gr;Só:0,8gr Zsír:5,2gr;Tzs:2gr;Kalc:3,1gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Szulfítok</i>	Citromos tea *12* Füstölt sajt ** Csészés margarin *7* Kígyóuborka Félbarna kenyér *1* <i>En: 1303 kj /310 kc; Feh:9,9gr Szh:14gr;Cuk:10,1gr;Só:0,1gr Zsír:13,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:116,9gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Tejeskávé *7* Cukroskifli *1,3,7* <i>En: 963 kj /229 kc; Feh:9,4gr Szh:39gr;Cuk:22,3gr;Só:0gr Zsír:7,1gr;Tzs:0gr;Kalc:272,02gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	
E b d	Zöldborsóleves *1,3,7,9,10* Páztortarhonya virslivel *1,3,6* Alma kompót *12* <i>En: 1994 kj /475 kc; Feh:21gr Szh:69gr;Cuk:0,8gr;Só:1,1gr Zsír:11,7gr;Tzs:0,5gr;Kalc:102,43gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tojás</i>	Csontleves *1,3,7,9,10* Dubarry szelet *1,7* Petrezselymes burgonya Csemege uborka *11,12* <i>En: 2311 kj /550 kc; Feh:33gr Szh:58gr;Cuk:1gr;Só:1,8gr Zsír:19,2gr;Tzs:5,3gr;Kalc:352,16gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag, Szulfítok, Tojás</i>	Babgulyás *1,3,5,6,7,8,9,10,11* Tejberizs *7* Kakaós porcukor Banán <i>En: 2741 kj /653 kc; Feh:30,9gr Szh:99gr;Cuk:31,7gr;Só:0,8gr Zsír:13,2gr;Tzs:1,9gr;Kalc:438,82gr</i> <i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag, Tojás</i>	Karalábé leves *1,3,7,9* Sertéspörkölt Tésztaköret *1,3* Vegyesvágott savanyú *12* <i>En: 2247 kj /535 kc; Feh:29,5gr Szh:67gr;Cuk:1gr;Só:1,4gr Zsír:14,5gr;Tzs:0,6gr;Kalc:262,38gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szulfítok, Tojás</i>	Tojásleves *1,3,7,9* Sóskamártás burgonya *1,7* Rántott csirkecomb *1,3* <i>En: 2512 kj /598 kc; Feh:39,9gr Szh:70gr;Cuk:18,1gr;Só:1,3gr Zsír:18,3gr;Tzs:0,1gr;Kalc:247,01gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tojás</i>	
U z s o n n a	Tavaszi felvágott *7,9,10* Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldpaprika <i>En: 899 kj /214 kc; Feh:7gr Szh:26gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:9,5gr;Tzs:1,5gr;Kalc:16,4gr</i> <i>Glutén, Tej, Zeller, Mustár</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>	Főtt kemény tojás *3* Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 896 kj /213 kc; Feh:7,4gr Szh:24gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:6,8gr;Tzs:1,5gr;Kalc:31,9gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Csészés margarin *7* Méz Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 911 kj /217 kc; Feh:4,7gr Szh:36gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:6,6gr;Tzs:1,5gr;Kalc:13,55gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Szendvicsskrém *1,3,6,7,9,12* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1038 kj /247 kc; Feh:10gr Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,3gr Zsír:8,3gr;Tzs:2,8gr;Kalc:97,1gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfítok</i>	
	<i>En: 4580 kj /1091 kc; Feh:41,9 gr;Szh:146gr;Cuk:11gr;Só:1,8gr;Zsír:38,3 gr;Tzs:8,9 gr;Kalc:459 gr</i>	<i>En: 4602 kj /1096 kc; Feh:49,5 gr;Szh:174gr;Cuk:11,1gr;Só:1,8gr;Zsír:34,5 gr;Tzs:5,3 gr;Kalc:382,76 gr</i>	<i>En: 4724 kj /1125 kc; Feh:45,5 gr;Szh:167gr;Cuk:42,1gr;Só:1,8gr;Zsír:25,2 gr;Tzs:5,5 gr;Kalc:473,82 gr</i>	<i>En: 4461 kj /1062 kc; Feh:44,2 gr;Szh:118gr;Cuk:11,2gr;Só:1,7gr;Zsír:34,3 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:392,83 gr</i>	<i>En: 4513 kj /1075 kc; Feh:59,2 gr;Szh:134gr;Cuk:40,4gr;Só:1,6gr;Zsír:33,6 gr;Tzs:2,9 gr;Kalc:616,13 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: