

Heti étlap: 2025. 11. 17. - 2025. 11. 21. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 11. 17. hétfő	2025. 11. 18. kedd	2025. 11. 19. szerda	2025. 11. 20. csütörtök	2025. 11. 21. péntek	2025. 11. 22. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Fonottkalács *1,3,7* Csészés margarin *7* <i>En: 1198 kj /285 kc; Feh:10,5gr Szh:35gr;Cuk:10gr;Só:0,2gr Zsír:11,3gr;Tzs:1,5gr;Kalc:298,72gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Citromos tea *12* Ementáli sajt ** Félbarna kenyér *1* Csészés margarin *7* Kígyóborka <i>En: 1306 kj /311 kc; Feh:11,1gr Szh:13gr;Cuk:10,1gr;Só:0,3gr Zsír:13,4gr;Tzs:6,3gr;Kalc:216,9gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</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>	Citromos tea *12* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Sonkaszalámi *1* Csészés margarin *7* Savanyított káposzta <i>En: 1080 kj /257 kc; Feh:9,2gr Szh:35gr;Cuk:10,2gr;Só:0,3gr Zsír:10,3gr;Tzs:2,4gr;Kalc:48,3gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Tejbedara *1,7* Kakaós porcukor <i>En: 1175 kj /280 kc; Feh:11,2gr Szh:52gr;Cuk:21gr;Só:0,3gr Zsír:4,2gr;Tzs:0gr;Kalc:301,33gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
E b é d	Brokkoli krémleves *1,3,7,9* Tarhonyáshús *1,3,4,6,7,9* Őszibarack befőtt <i>En: 2235 kj /532 kc; Feh:28,1gr Szh:72gr;Cuk:1,1gr;Só:0,9gr Zsír:15,7gr;Tzs:0,6gr;Kalc:206,05gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Tojás</i>	Lebbencsleves *1,3,7,9,10* Paradicsomoskáposzta *1* Fasírt *1,3* <i>En: 1873 kj /446 kc; Feh:21,4gr Szh:64gr;Cuk:20,3gr;Só:0,8gr Zsír:10,6gr;Tzs:0,1gr;Kalc:188,42gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Almaleves *1,3,7,12* Rántott hal *1,3,4* Rizibizi Saláta joghurtos öntettel *3,7,10,12* <i>En: 2695 kj /642 kc; Feh:40,4gr Szh:109gr;Cuk:17,5gr;Só:1,1gr Zsír:17gr;Tzs:3,6gr;Kalc:324,25gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár, Szulfítok</i>	Frankfurti leves *1,3,6,7,9* Sajtos metélt *1,3,7* Narancs <i>En: 2376 kj /566 kc; Feh:23,7gr Szh:66gr;Cuk:0,6gr;Só:0,9gr Zsír:22,6gr;Tzs:4,8gr;Kalc:374,85gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Tojás</i>	Tojásleves *1,3,7,9* Burgonyafőzelék *1,7* Sült csirkecomb <i>En: 2408 kj /573 kc; Feh:42,2gr Szh:55gr;Cuk:7,8gr;Só:1gr Zsír:19,1gr;Tzs:0,1gr;Kalc:135,98gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tojás</i>	
U z s o n n a	Sertés májkrém *6,9,10* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 964 kj /229 kc; Feh:9,1gr Szh:33gr;Cuk:0,4gr;Só:0,7gr Zsír:6gr;Tzs:2,1gr;Kalc:15,3gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár</i>	Málnás túrókrém *7* Teljes kiőrlésű zsömlé *1* <i>En: 1208 kj /288 kc; Feh:14gr Szh:57gr;Cuk:4gr;Só:0,1gr Zsír:4,5gr;Tzs:0gr;Kalc:52gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Sajtosrúd *1,3,7* Mandarin <i>En: 1038 kj /247 kc; Feh:7,1gr Szh:48gr;Cuk:4,8gr;Só:0,2gr Zsír:24gr;Tzs:12,5gr;Kalc:129,6gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Magyaros vajkrém *7* Zsemle *1* Kaliforniai paprika <i>En: 786 kj /187 kc; Feh:4,4gr Szh:31gr;Cuk:0,4gr;Só:0,3gr Zsír:3,6gr;Tzs:2gr;Kalc:3,9gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Lekvár Vaj *7* Félbarna kenyér *1* <i>En: 1004 kj /239 kc; Feh:3,4gr Szh:18gr;Cuk:15,3gr;Só:0gr Zsír:8,6gr;Tzs:4,6gr;Kalc:13,04gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
	<i>En: 4397 kj /1047 kc; Feh:47,7 gr;Szh:140gr;Cuk:11,5gr;Só:1,8gr;Zsír:32,9 gr;Tzs:4,2 gr;Kalc:520,07 gr</i>	<i>En: 4387 kj /1045 kc; Feh:46,5 gr;Szh:134gr;Cuk:34,4gr;Só:1,1gr;Zsír:28,5 gr;Tzs:6,4 gr;Kalc:457,32 gr</i>	<i>En: 4588 kj /1092 kc; Feh:54,4 gr;Szh:182gr;Cuk:36,9gr;Só:1,8gr;Zsír:44,4 gr;Tzs:16,1 gr;Kalc:703,85 gr</i>	<i>En: 4242 kj /1010 kc; Feh:37,3 gr;Szh:133gr;Cuk:11,1gr;Só:1,6gr;Zsír:36,5 gr;Tzs:9,1 gr;Kalc:427,05 gr</i>	<i>En: 4587 kj /1092 kc; Feh:56,7 gr;Szh:125gr;Cuk:44,1gr;Só:1,4gr;Zsír:31,9 gr;Tzs:4,7 gr;Kalc:450,35 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: