

Heti étlap: 2026. 02. 09. - 2026. 02. 13. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2026. 02. 09. hétfő	2026. 02. 10. kedd	2026. 02. 11. szerda	2026. 02. 12. csütörtök	2026. 02. 13. péntek	2026. 02. 14. szombat
T í z ó r a i	Kakaó *7* Teljes kiőrlésű zsömlé *1* Magyaros vajkrém *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1703 kj /406 kc; Feh:18,1gr Szh:76gr;Cuk:10,4gr;Só:0,1gr Zsír:7,7gr;Tzs:2gr;Kalc:322,82gr</i> <i>Glutén, Tej</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* Sonkakrém *7* Félbarna kenyér *1* Retek <i>En: 1304 kj /310 kc; Feh:6,2gr Szh:14gr;Cuk:10,2gr;Só:0,2gr Zsír:16,2gr;Tzs:6,9gr;Kalc:25,05gr</i> <i>Glutén, Tej, Szulfítok</i>	Citromos tea *12* Sertésvirsli *6,9,10,12* Félbarna kenyér *1* Ketchup <i>En: 1180 kj /281 kc; Feh:8gr Szh:22gr;Cuk:16,7gr;Só:0,7gr Zsír:5,4gr;Tzs:1,6gr;Kalc:17,5gr Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár, Szulfítok</i>	Karamell *7* Fatörzskifli *1,3,6,7* <i>En: 1458 kj /347 kc; Feh:12,8gr Szh:58gr;Cuk:10gr;Só:0gr Zsír:8gr;Tzs:0gr;Kalc:256gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	
E b é d	Zöldségleves *1,3,7,9,10* Hortobágyi sertésragu *7* Galuska *1,3* Káposztasaláta <i>En: 2092 kj /498 kc; Feh:28,5gr Szh:67gr;Cuk:7,6gr;Só:1,6gr Zsír:9,1gr;Tzs:0,2gr;Kalc:210,01gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Zellerkrémleves *1,3,7,9* Rakott burgonya *1,3,6,7,9,10,12* Szilva befőtt <i>En: 2345 kj /558 kc; Feh:19,1gr Szh:64gr;Cuk:0,2gr;Só:0,9gr Zsír:15,6gr;Tzs:0gr;Kalc:175,14gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tojás</i>	Gulyásleves *1,3,7,9,10* Tejbedara *1,7* Kakaós porcukor Narancs <i>En: 2164 kj /515 kc; Feh:25,1gr Szh:81gr;Cuk:21,3gr;Só:1,1gr Zsír:9,5gr;Tzs:0,1gr;Kalc:385,03gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Lebbencsleves *1,3,7,9,10* Vegyes gyümölcszós *1,3,7* Sült csirkecomb <i>En: 2217 kj /528 kc; Feh:40,9gr Szh:62gr;Cuk:17,3gr;Só:0,7gr Zsír:13,5gr;Tzs:0,2gr;Kalc:197,97gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Karfiolleves *1,3,7,9* Bolognai spagetti *1,3,7,9,10* Kiwi <i>En: 2351 kj /560 kc; Feh:31,9gr Szh:61gr;Cuk:2,3gr;Só:1,3gr Zsír:19gr;Tzs:5gr;Kalc:300,2gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	
U z s o n n a	Tonhalkrém *3,4,7,10,12* Félbarna kenyér *1* Alma <i>En: 769 kj /183 kc; Feh:8,2gr Szh:11gr;Cuk:0gr;Só:0,1gr Zsír:2,8gr;Tzs:0gr;Kalc:34,24gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár, Szulfítok</i>	Zala felvágott *1,6* Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Savanyított káposzta <i>En: 906 kj /216 kc; Feh:8gr Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,6gr Zsír:9,5gr;Tzs:2,6gr;Kalc:45,2gr Glutén, Szójabab, Tej</i>	Főtt kemény tojás *3* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Kígyóborka <i>En: 881 kj /210 kc; Feh:7,7gr Szh:24gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:6,8gr;Tzs:1,5gr;Kalc:34,3gr Glutén, Tojás, Tej</i>	Mackósajt *7* Kifli *1,7* Alma <i>En: 863 kj /205 kc; Feh:5,7gr Szh:33gr;Cuk:1,3gr;Só:0,6gr Zsír:4,9gr;Tzs:2,2gr;Kalc:205gr Glutén, Tej</i>	Szalámis ricotta *1,7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Csemege uborka *11,12* <i>En: 786 kj /187 kc; Feh:8,1gr Szh:25gr;Cuk:1,4gr;Só:0,7gr Zsír:4,9gr;Tzs:1,8gr;Kalc:136,97gr Glutén, Tej, Szezámag, Szulfítok</i>	
	<i>En: 4565 kj /1087 kc; Feh:54,8 gr;Szh:154gr;Cuk:18gr;Só:1,8gr;Zsír:19,6 gr;Tzs:2,1 gr;Kalc:567,07 gr</i>	<i>En: 4480 kj /1067 kc; Feh:38,6 gr;Szh:131gr;Cuk:6,3gr;Só:1,5gr;Zsír:47 gr;Tzs:2,6 gr;Kalc:456,34 gr</i>	<i>En: 4349 kj /1036 kc; Feh:39,1 gr;Szh:119gr;Cuk:31,6gr;Só:1,5gr;Zsír:32,5 gr;Tzs:8,5 gr;Kalc:444,38 gr</i>	<i>En: 4260 kj /1014 kc; Feh:54,6 gr;Szh:117gr;Cuk:35,3gr;Só:2gr;Zsír:23,8 gr;Tzs:4 gr;Kalc:420,47 gr</i>	<i>En: 4595 kj /1094 kc; Feh:52,8 gr;Szh:144gr;Cuk:13,7gr;Só:2gr;Zsír:31,9 gr;Tzs:6,7 gr;Kalc:693,17 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: